

Stage de

SELF DEFENSE

Féminine



DIMANCHE 9 DÉCEMBRE 2018 - DE 10H00 À 12H00

GYMNASÉ GÉNÉRAL LECLERC - 17 RUE DU RAIDILLON - LE PECQ
ACCÈS PAR LA PLACE DE L'ERMITAGE - (MERCRI D'ARRIVER 15 MIN EN AVANCE)

APPRENEZ À VOUS DÉFENDRE

Le **CESD KRAV MAGA HAGANA AZMIT**, organise **UN STAGE DE DÉFENSE PERSONNELLE**, entièrement dédié à la **SELF DÉFENSE FÉMININE**.

Ce stage réservé aux femmes (pratiquantes ou non) abordera notamment les points suivants :

- Attitude et comportement
- Points sensibles
- Défense contre saisies et étranglements
- Objets usuels...



STAGE GRATUIT

— OUVERT À TOUTES —

Pour toute information :
Marc Fesler
06 22 47 83 71
ou contact@cesd.info



Le **PECQ**

WWW.CESD.INFO / WWW.HAGANA-AZMIT.ORG

KRAV MAGA