

STAGE DE SELF-DÉFENSE

Ouvert à tous publics

 Samedi 28 mars 2026

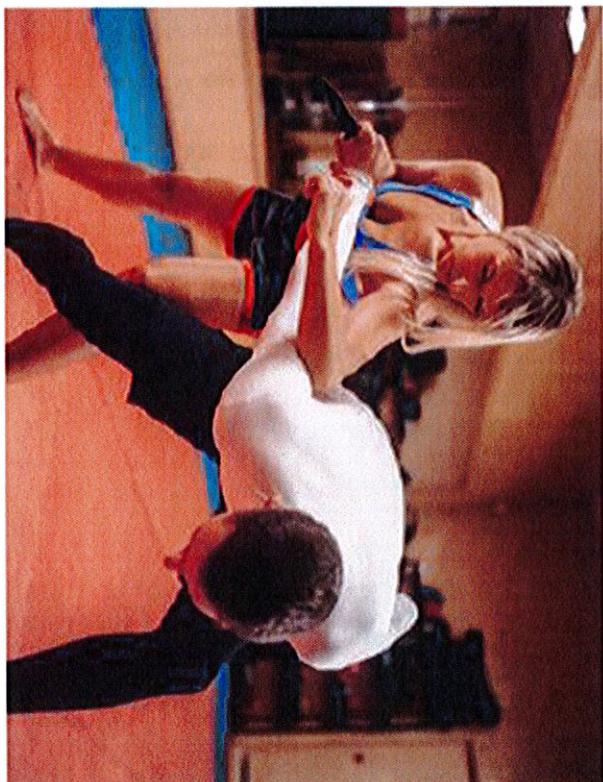
10h00 - 12h00

 Salle des fêtes

87590 - St Just le Martel

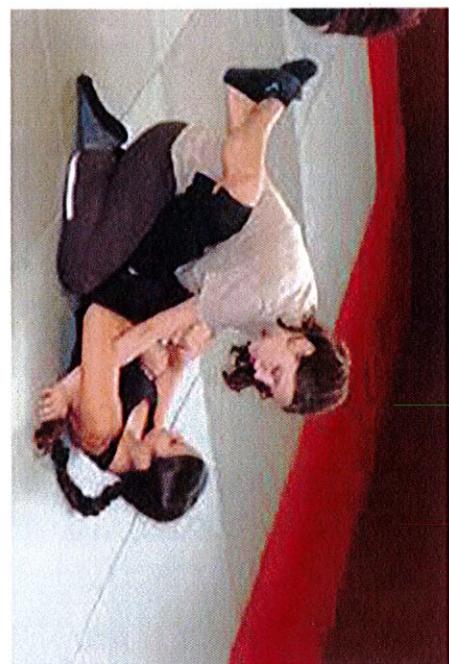
 Tarif : 15 € par personne

 Places limitées



Accessible à tous niveaux (ados et adultes)

Organisé par le Gym Club de St Just le Martel
Animé par Othmane JENNANE - Diplômé FFKDA



- Principes de base
- Défense contre un couteau
- Travail au sol
- Mises en situations

Infos et Réservations : 06 14 53 09 95