

START
YOUR ★ ★
weekend
with 
★
FEMMES EN DÉFENSE

*Commence ton weekend avec Femmes en défense

STAGE DÉFENSE FÉMININE - SAMEDI 27 AVRIL
13^H30-17^H - 171 AV. DE TOULON MARSEILLE 10

8 €
Inscription
obligatoire

Billetterie : www.femmesendefense.fr association loi 1901 FFSAVATE&DA

Pas besoin
de
Super-pouvoirs
pour
se défendre !



8 €
Inscription
obligatoire

Initiation défense féminine...

L'association Femmes en défense vous propose une nouvelle initiation à la défense féminine. Rendez-vous samedi 27 avril à 13h30 au 171 avenue de Toulon Marseille 10, avec au programme :

- 1 techniques de défense avec téléphone portable
- 2 techniques de défense sur frappes au visage et tentatives d'étranglement

Petite pause goûter conviviale

- 3 apprendre à tomber, à se défendre au sol et à se relever en sécurité

Stage accessible à partir de 16 ans avec autorisation parentale.

Clôture des inscriptions le 24 avril, nombre de places limité

Une question ? n'hésitez-pas à contacter Marie au 06 62 07 50 99