

INVITATION



Petite séance de rattrapage pour découvrir la self défense,
venez essayer seule, avec un proche ou avec une amie,
de bons moments garantis.

Laissez vos craintes et vos peurs aux vestiaires
et tentez l'expérience,
vous serez probablement agréablement surpris.

Le concept du **SELF DEFENSE** est d'apprendre à se défendre avec des techniques simples, efficaces et accessibles à tous. Une discipline complète qui permet de se défouler, d'apprendre à s'affirmer et à développer ses aptitudes à répondre à toutes agressions.

Portes Ouvertes

Séance gratuite d'initiation
au Jujitsu-Self Defense
cours MIXTE

Le vendredi 17 Janvier 2020
à 19H30

au dojo 2 rue André Malraux
95380 LOUVRES

Renseignements :

M.Guyot Stéphane : 06.03.81.98.16

Mme CHENE Nadege : 06.23.78.29.70