

SELF DEFENSE

Tout public
à partir de 12 ans

HENIN BEAUMONT

Espace F. Mitterrand
Dojo Jean-Louis GEYMOND
Rue René Cassin

Vous découvrirez
des techniques
simples
à mettre en œuvre
dans des situations
de la vie courante

renseignements

06 70 96 43 10

en 10 leçons

avec

Morgan FOUGERE
Professeur Diplômé d'Etat
de Ju-jitsu

Mercredis de 19h à 20h

19 janv.

26 janv.

2 fév.

23 fév.

2 mars

9 mars

16 mars

23 mars

30 mars

6 avril

2021 - 2022

Vaincre ses peurs

Gagner en confiance !

Face à une agression physique

Adopter la Bonne Réponse de Défense

