

# Pencak Silat - stage de Self-Défense féminin

Dimanche 20 octobre 2024 de 10h à 16h

Animé par notre professeur Baptiste Duflot



## Coordonnées

Centre sportif Amélie Mauresmo  
1 allée du Dr Jean Cailleux  
95290  
L'Isle-Adam  
Infos pratiques

Journée exclusivement réservée aux femmes.

Liens utiles

[ÉCOLE DE SILAT DÉFENSE ADAMOISE](#)

[Réservation](#)

Contact

Pencak Silat Tradition et Défense