

Ecole de silat adamoise / stage d'initiation au Pencak Silat

Dimanche 10 mars 2024 de 10h à 16h

et à la self défense féminine



Technique de survie, saisies...

Professeur : Deve

Assistantes : Katy et Chloé

Coordonnées

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

20€

Journée exclusivement réservée aux femmes

Prévoir votre repas

Tenue dites "sportive", chaussure de salle ou pieds nus

Liens utiles

www.penchaksilatdefense95.fr

Contact

Réservation : www.penchaksilatdefense95.fr