



SELF DEFENSE

DIMANCHE 24 NOVEMBRE

A partir de 10H

**APPRENDRE A SE DÉFENDRE DANS
UNE AMBIANCE DÉTENTE !**

GRATUIT

Atelier de Self-défense animé
par CHARLES LAFONT,
ancien instructeur de l'armée, à la Maison
des Sports et des Associations de Montbazin

Inscriptions :

maison.sports@montbazin.fr ou au 04.67.78.55.91