

Stage de self défense



Animé par Daniel Gasser, ancien commandant de Police et professeur de boxe française.

Au programme :

- 🕒 de la théorie, des échanges et conseils sur vos peurs
- 🕒 de la mise en pratique, du gêneur à l'agresseur, avec frappe réelle sur le moniteur
- 🕒 3 matinées : possible de venir uniquement le premier jour selon vos disponibilités !

3 matinées

Le 30 novembre, 1^{er} & 2 décembre 2015 - de 9h à 12h30

La tribu Meinado / Le café Meinado

19 rue Guy Mocquet – 13001 Marseille

contact@latribumeinado.com / 09.82.50.31.14 / 06.20.99.31.13

Plus d'infos sur www.latribumeinado.com