



PÔLE D'ARTS MARTIAUX
Association culturelle de Desaignes



être forte sans violence !

SELF DÉFENSE FÉMININE

SENSIBILISATION À LA DÉFENSE PERSONNELLE
MÉTHODE HANGEKI DÉRIVÉE DU KARATÉ



● DE 17h30 À 19h00

● VENDREDI 02
OCTOBRE 2026

ACCESSIBLE À TOUTES
À PARTIR DE 15 ANS

SANS LIMITE D'ÂGE
NI DE FORME

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

DOJO DES ÉCOLES 07570 DESAIGNES

INFOS & INSCRIPTION

📞 06 17 16 73 43



PÔLE D'ARTS MARTIAUX
Association culturelle de Desaignes

