VILLEPARISIS

Stage self-defense

Jeudi 31 octobre – 19h15

Stage de self-defense animé par Bilel Bouhalloufa, instructeur fédéral à la Fédération Française de Karaté.

- Technique au sol
- Analyse des situations
- Contrôle de soi
- Option de défense debout

Coordonnées

Gymnase Géo André
1 rue de la division Leclerc
77270
Villeparisis
Infos pratiques

- A partir de 13 ans
- Tenue de sport + bouteille d'eau
- Tarifs : 10€ pour les adhérents / 15€ pour les non-adhérents

Contact

Budo Club Karaté Villeparisis

Bilel Bouhalloufa

07 81 41 92 20

bckv77@gmail.com