



Taek boxing



Défense Féminine*

- **POUR SE DEFOULER,
SE DEPENSER**

RECONQUERIR SON CORPS

ACQUERIR LA CONFIANCE EN SOI

- en toute convivialité Le cours est **ouvert exclusivement à toutes les féminines de plus de 14 ans**

Chacune peuvent rejoindre ce cours de self féminin sous conditions d'une autorisation médical en règle et **une cotisation de 110€ / saison + licence FFDTA**

- **Rendez-vous dès septembresur place 1^{er} cours essai GRATUI**

Tous

Les Mercredis

**De 20h30 à
21H30**

**Complexe sportif
de Hanches**

**Salle de
Tae kwondo
1^{er} etage**

Cours en Musique
Cours en Musique

Renseignements

patgilot@aol.com 06.60.63.67.28

***Cours spécifique Féminin**

ACTIVITÉ ANTI STRESS
PLAISIR DÉFOULEMENT
SELF DEFENSE
DÉPASSEMENT DE SOI
CONFIANCE EN SOI