

KRAV MAGA

- Ⓟ Apprendre rapidement des techniques simples et efficaces
- Ⓟ Améliorer sa condition physique
- Ⓟ Gérer son stress
- Ⓟ Réagir, ne plus subir



Cours de KRAV MAGA Self-défense pour adultes et adolescents (+15 ans) tous niveaux.

Les **Lundi, Mercredi et Jeudi** de **20 h 00 à 21 h 30**

A la salle Multi activités de Fresquiennes face à la Mairie

Rue du Centre, 76570 FRESQUIENNES

(possibilité de se garer car grand parking)

Renseignements :



Kmf self-défense

ou



kmfselfdefense76@gmail.com