

Stage SDS organisé à Moirans et encadré par Frédéric Mastro, fondateur du système.

Contenu : self-défense Horaire : 14h-17h Lieu: Gymnase du Lycée Pierre Béghin, Rue de
Chatagnon - ZI Centr'Alp, 384300 MOIRANS Tarif
: 30€

Équipement à prévoir : chaussures de sport, tenue de sport, protège-dents, coquille et t-shirt
noir