

# Cours spécial self-défense

## Ados et adultes

### Lundi 19 h 45 à 21 h

Un cours utile dans une ambiance sympa – 2 essais gratuits à partir du 9 sept.

Etudes des projections, clés et coups : approche souple et complète

**CS VIENNE JUDO**

☎ 04 74 78 10 61

🌐 <http://JudoVienne38.com>



**Cours de self-défense** - Gymnase Georges Brun à Vienne (en face du collège Ponsard)