

## Journée de la femme : initiation à la self défense avec les Arts Martiaux Vicois

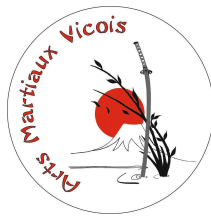


Journée de la femme : initiation à la self défense avec les Arts Martiaux Vicois

Les Arts Martiaux Vicois organisent une initiation gratuite à la self-défense dans le cadre de la journée internationale des droits de la femme qui a lieu le 8 mars

le dimanche 5 mars de 14h à 16h

Dojo du COSEC de Vic-Fezensac



Ado, femmes et hommes sont les bienvenus.

Pour rappel, la self défense ou défense personnelle est la maîtrise de techniques de combat permettant de faire face à une agression physique.

