



AUTODEFENSE SENIORS

Prévention – Action – Convivialité – Bonne Humeur



Si vous souhaitez acquérir des notions de défense, des conseils en matière de prévention et des attitudes correctes à adopter en matière de défense, n'hésitez plus, venez nous rejoindre le lundi matin !

Les prochaines sessions débuteront le :

Cours de base :

Du lundi 13 novembre 2023 au lundi 22 janvier 2024 de 08h45 à 10h00

Cours avancés :

Du lundi 13 novembre 2023 au lundi 22 janvier 2024 de 10h15 à 11h30

(seules les personnes ayant suivi un cours de base ont accès au cours avancés)

Tarifs : 1 cours de base CHF 75.- / 1 cours avancés CHF 75.- / 1 cours de base et un cours avancés CHF 125.-

Lieu : Ecole Bellavista II – av. de Vaudagne 39 – 1217 Meyrin

Pour tous renseignements et pré-inscription : 076/344.39.18 (le matin) ou sur www.ju-jitsu-meyrin.com