

STAGE PRIVE

Ouvert à toutes disciplines

MARIO AMBROSINI

Vic le Comte

Gymnase De la Molière

Dimanche 13 Novembre 2016

- ♦ 9H30– 10H00 Yoga
- ♦ 10H00– 11H30 Enchainements pieds / poings / sutemis
- ♦ 11H30– 12H00 Relaxation
- ♦ 14H00—14H30 Training
- ♦ 14H30 –15H30 Techniques avec bâtons – self défense
- ♦ 15H30-16H30 Travail au sol
- ♦ 16H30 –17H00 Relaxation

Tarif : 20€00



Renseignement : 0663063639

VIC YOSEIKAN CLUB