

ATELIER DÉCOUVERTE KRAV MAGA



POUR LES FEMMES
ADOS & ADULTES

MAR 6 DÉCEMBRE - 18H30

AU DÔME THÉÂTRE
ALBERTVILLE
GRATUIT



encadré par
KMA73 ALBERTVILLE

SELF DEFENSE

ATELIER DÉCOUVERTE KRAV MAGA

Le Krav Maga est une technique d'auto-défense qui s'appuie sur quatre principes fondamentaux : simplicité, rapidité, efficacité, maîtrise de soi.

Cet atelier gratuit, à destination de femmes exclusivement, initiera les participantes à 5 techniques d'auto-défense. Il est question de donner aux participantes la possibilité de se sentir en sécurité dans l'espace public et de se réapproprié celui-ci.

En lien avec le spectacle *Si c'est une fille* du JEU 8 DÉCEMBRE par la Compagnie Ma' dirigée par Marion Alzieu, associée au Dôme Théâtre.

Billetterie en ligne sur www.dometheatre.com

Depuis six ans, le KMA73 propose des cours trois fois par semaine au gymnase du Lycée Jeanne d'Arc d'Albertville.

Le nombre d'adhérents n'a cessé d'augmenter au fil des années, ainsi que le nombre de femmes.

DURÉE 3H
FEMMES ADOS/ADULTES
LIMITÉ À 20 PERSONNES

GRATUIT
sur inscription

LE DÔME THÉÂTRE
04 79 10 44 80

billetterie@dometheatre.com
135 place de l'Europe - Albertville

soutenu par



PREFET
DE LA REGION
AUVERGNE-
RHODANES-
ALPES



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



LE DÉPARTEMENT



Fribourg
UNE AGGLO
à votre service

