Initiation au self-défense



Jeudi 3 octobre 2024

En partenariat avec l'association Meulan Self Défense, les seniors sont invités à s'initier aux gestes simples et efficaces pour à apprendre à se défendre en étant complètement novice.

Prévoir une tenue adaptée et une bouteille d'eau.

Infos pratiques

Gymnase des Annonciades

GRATUIT

Dates d'inscription auprès du CCAS :

du 2 au 20 septembre 2024

Contact

Tél : 01.30.90.41.20

mail : ccas@ville-meulan.fr