



STAGE D'AUTODÉFENSE POUR LES FILLES 12-15 ANS

**Tu commences à être autonome...
Tu as envie d'apprendre des techniques
d'autodéfense pour filles en t'amusant?
Découvre de quoi tu es capable!
Dans un stage d'autodéfense, tu apprendras à
reconnaître des signaux d'alarme, à chercher
de l'aide auprès d'adultes et à poser et protéger
tes limites de manière claire et efficace,
verbalement et physiquement.
Tout ceci est dans le but de renforcer tes
ressources et capacités d'agir en cas
d'agressions.
N'hésite pas à venir avec une amie, soeur,
cousine...**



Jeudi 27 juin 2019 de 9h à 16h

**Salle Rouge - 15 rue des Arts et Métiers - Grenoble
Quartier Bouchayer Viallet**



STAGE D'AUTODÉFENSE POUR LES FILLES 12-15 ANS

Inscription obligatoire (places limités)

Tarifs:

- tarif normal : 50 €**
- tarif solidaire : 30 €**
- tarif de soutien au projet : 70 € ou plus.**



Nous contacter :

**contact@ancrage-autodefense.fr
06.95.66.84.70 (du mardi au jeudi)**