



EVACUER SON STRESS

COMBATS  
ARMES/PIEDS/POINGS



CONDITION PHYSIQUE

Dépassement de soi  
Préservation du corps

## DAKAÏTO RYU

Cours pour tous

le **MARDI** à partir de **20 Heures**  
au **Dojo** de **TRIGUERES**

**OUVERT AUX ENFANTS ET ADULTES**

CONTRÔLE DE SOI

TECHNIQUES DE DEFENSE

RENSEIGNEMENTS : 06 98 05 10 20

[www.dakaito.com](http://www.dakaito.com)

facebook :France.dakaitoryu

