

Jeudi **24**  
novembre  
2022

# Séance gratuite **SELF-DEFENSE**

À partir de 18h30  
**ENTRÉE LIBRE**

Dans le cadre de la  
journée internationale  
pour l'élimination  
de la violence  
à l'égard des femmes

**HALTE**  
À LA VIOLENCE  
CONTRE  
LES FEMMES



Espace prévu  
pour les enfants  
pendant l'initiation



Pot de l'amitié  
en fin de session

**Rejoignez-nous toutes et tous !**

Si possible, venez en **T-shirt orange** et pantalon souple !



à **LOCHES**  
**Dojo Michaël Milon**  
(Derrière la salle Agnès Sorel)  
[contact@locheskarate.fr](mailto:contact@locheskarate.fr)

Encadrée par :  
**Francis COLESSE**  
*7<sup>ème</sup> DAN de karaté*  
**Patrick BESNARD**  
*4<sup>ème</sup> DAN de karaté*