

**SAISON
2008-2009**



**A CATTENOM AU GYMNASSE MUNICIPAL
Mercredi et vendredi de 20h45 à 22h00**

COURS ENCADRES PAR YANNICK FEDERKEIL – DELEGUE PAR RICHARD DOUIEB

**CEINTURE NOIRE 2EME DAN DE KRAV MAGA - MONITEUR FEKM-RD
CEINTURE NOIRE 3EME DAN DE KARATE – INSTRUCTEUR FEDERAL
CEINTURE NOIRE 1ER DAN DE JU-JITSU**

*La saison dernière 90 adultes
de 18 à 57 ans se sont
inscrits, dont un bon nombre
de femmes. Alors, pourquoi
pas vous ? Apprenez à vous
défendre de manière efficace
et rapide.*



*Cette méthode de self-défense
réaliste est accessible à tous.
Nul besoin d'une condition
physique ou d'une souplesse
hors normes. La simplicité est
l'un des maîtres mots en
Krav Maga.*

**DÉMONSTRATION VENDREDI 12 SEPTEMBRE À 20H45
AU GYMNASSE MUNICIPAL DE CATTENOM.**

Cours accessibles à partir de 16 ans

Nos partenaires :



Inscriptions sur place. Renseignements au 03 82 52 73 16 (répondeur).
Email : info@kravmagamoselle.com **Site** : www.kravmagamoselle.com

Simplicité - Rapidité - Efficacité