

Ateliers d'autodéfense pour adultes

Inscrivez-vous à ces ateliers sans frais pour:

- Apprendre à maîtriser des techniques simples et efficaces d'autodéfense
- Développer la confiance en soi
- Pratiquer une activité physique différente et garder la forme

**Le lundi et vendredi de 10 h 30 à 11 h 30,
dès le 30 janvier 2017**

Salle communautaire
du Centre de santé communautaire de l'Estrie
(841, rue Sydney, Cornwall)

Information et inscription:
Ivan Labelle 613 937-3132, poste 232

