

**GAGNER EN  
CONFiance EN  
SOi**

**GAGNER EN CONFiance EN SOi :  
APPRENEZ A CROIRE A VOTRE  
FORCE INTERIEURE**

**MAITRISE DE  
SOi ET DE SES  
EMOTIONS**

**SAVOIR  
DiRE**

**NON !**

**GESTION DU  
STRESS FACE A  
UN AGRESSEUR**

**RETROUVER  
SON ESTIME  
DE SOi**

**NON !**

**AU  
HARCELEMENT  
PSYCHOLOGIQUE  
ET PHYSIQUE**

**SOLIDARITE**

**RENCONTREZ D AUTRES FEMMES  
QUI PARTAGENT VOTRE COMBAT**

**SECURITE**  
**APPRENDRE DES TECHNIQUES SIMPLES  
POUR SAVOIR SE DEFENDRE**



**AC  
KRAV  
MAGA**

**65**

## **COURS DE KRAV MAGA SELF DÉFENSE**

**ENSEMBLE**

Dire **NON** AUX VIOLENCES CONJUGALES  
et aux AGRESSIONS DE LA RUE

**OUI À NOTRE SÉCURITÉ**

DÉCOUVREZ NOTRE PROGRAMME DE SELF DÉFENSE  
ET REPRENEZ LE CONTRÔLE DE VOTRE VIE

NOS PARTENAIRES



2024

## Alain Mouledi

- ◆ Champion international de Krav maga (ceinture noire 4<sup>ème</sup> Dan)
- ◆ Vice champion international de karaté contact
- ◆ Champion de France de kick boxing
- ◆ Coach sportif activités sportives et physiques



## Corinne Coho

- ◆ Coach sportif activités sportives et physiques (fitness-cardio et gym douce) Tout Public



**Rejoins-nous !!!**

**Les vendredis  
26 avril et les 3, 17, 24 et 31 Mai  
de 14h15 à 15h30**

*au Gymnase Solférino Tarbes  
place du 12<sup>ème</sup> régiment d'infanterie.*

- Pour des cours de Self défense **GRATUITS** dans la bonne humeur.
- avec Alain et Corinne AC 65 Krav Maga.

---

**Pour plus d'informations,  
contactez-nous au 06 89 79 45 67**