

La commission senior propose:



# Stage d'initiation au Kobudo

**Mercredi 22 mars 2023**

**15h-17h**

*Gratuit*



**COSEC**

**15 Route de Turckheim  
68040 Ingersheim**

D. Segovia 5ème Dan  
B. Zussy 6ème Dan

**Initiation  
Tambo et Bô**  
Attaques sur cibles  
Blocages et contre attaques  
Applications en self défense



Pour plus d'informations veuillez  
contacter M. TOLGA au 06.62.35.38.96

**Avec prêt de matériel**