



**SEIBUKAN**  
BUDO 三良控武道  
FRANCE

# APPRENEZ A VOUS DEFENDRE

*Cette technique de self défense est adaptée à tous (Femmes, hommes, adolescent(e)s) et ce, quel que soit votre âge. Il n'est pas nécessaire d'avoir une forme physique adaptée.*



**Nous vous offrons 2 entraînements d'essais gratuits pour vous en convaincre.**



**Les cours sont dispensés par Michel MALFAIT (5ème dan) tous les jeudis soir et samedis matin**



**RENSEIGNEMENTS AU:**

**06 79 18 65 09**

**OU**

**06 37 45 09 99**