

Cours d'autodéfense pour enfants 6-10 ans

Dans un cours d'autodéfense Pallas, les enfants apprennent l'affirmation de soi et l'autodéfense. Il s'agit de reconnaître les dangers, de prendre conscience des limites et de les faire respecter. Ils expérimentent et sentent leurs propres forces. En outre, ils apprennent des techniques d'autodéfense simples et efficaces pour se défendre en cas d'agressions physiques.



Date	samedi 26 septembre 2026
Horaires	13h00-15h00
Lieu	Dojo de l'école de judo Dégallier, Avenue des Sports 15, Yverdon (centre Badminton)
Âge	6-10 ans
Coûts	40.- CHF
Direction du cours	Carine Brandt, monitrice autodéfense Pallas, judo deuxième Dan, maîtresse d'éducation physique, responsable prévention en milieu scolaire
Renseignements et inscription	079/294 46 32 ou carine.brandt@bluewin.ch , le paiement valide l'inscription. Minimum 6 participants.
Assurances	Responsabilité des participants

Bulletin d'inscription :

Nom : Prénom :

Adresse : NPA, Lieu :

Téléphone : E-Mail :

Âge :

Date :

A déjà suivis un cours d'autodéfense et celui-ci est un rappel : OUI NON

Signature d'un parent: