

Emmanuel CAMINADE
Responsable Sportif
Castres Self-Défense Panuntukan F.M.A
06 84 70 50 09
terrenoirefrancis@gmail.com

LIEU D'ENTRAINEMENT :

GYMNASE DE LADEN 94 RUE MARCEL BRIGUIBOUL

Cours les lundi et mercredi de 19h00 à 20h45

Le samedi matin de 10h00 à 12h00

**Et aussi de 14h00 à 15h45
(cours vraiment spécifique féminin,
EN MUSIQUE)**

Tarifs :

1 cours par semaine (quel que soit le jour) = **155 €** à l'année, y compris la licence de la Fédération.

A **partir de 2 cours par semaines** (quel que soit les jours) = **185 €** à l'année, y compris la licence de la Fédération.

3 cours d'essai GRATUITS

A l'issue et après règlement de la cotisation (possibilité de régler en plusieurs chèques) nous **acceptons les chèques vacances**.

On offre un tee shirt club.

Tenue, pour les cours d'essais, short, ou pantalon, tee shirt. Prendre à chaque fois, une bouteille d'eau et une serviette.

**NOUS FAISONS COURS PENDANT LES VACANCES
SCOLAIRES ET EN JUILLET**