

# COURS ADULTES

*Dès le 1<sup>er</sup> septembre*



L'assurance de progresser et de passer des grades officiels au sein d'une fédération délégataire :



*Art du Combat  
&  
Canne de Défense*

*L'Association **ESCAMAR** est présente à Aubenas depuis 1997.*

*Elle propose à toutes et à tous une pratique adaptée et respectueuse.*

*ESCAMAR est agréée par Jeunesse & Sports depuis 1998.*

**2 essais gratuits**



06 51 79 05 72

Site internet : <https://www.escamar.club/>

# COURS ADULTES

Lundis, Mardis & Vendredis

De 19H30 à 21H30



- Auto-défense légitime
- Canne de défense
- Boxe poings-pieds
- Danses et applications martiales

⇒ Rapidité

⇒ Simplicité

⇒ Efficacité



Art du Combat  
&  
Canne de Défense

*Association* **ESCAMAR**

*Agrément d'État*

*Affiliée à la FFKDA*

*Professeurs diplômés et haut gradés*

*Espace multisports de Montargues*

*7 chemin des NUELLES*

*07200 Aubenas*

**2 essais gratuits**



06 51 79 05 72

Site internet : <https://www.escamar.club/>