



ESCAMAR

2025 - 2026

Art du Combat et Canne de Défense

ENFANTS (7 à 12 ans)

Mardi
et
Vendredi

De 17H30
à 19H00



Boxe poings-pieds
Chutes, projections
Nunchaku
Canne
Armes en mousse

ADOS/ADULTES

Lundi, Mardi,
Jeudi (prépa CN)
Vendredi

De 19H30
à 21H30



Autodéfense
Canne de défense
Boxe poings-pieds
Danses et leurs
applications martiales

Site internet : www.escamar.club



06 51 79 05 72



Lieu : Centre multisports de Montargues,
07200 AUBENAS