

ASPA SELF-DÉFENSE



QUI SOMMES-NOUS ?

Dans le cadre de l'**ASPA**, nous sommes un club associatif avec pour vocation la pratique et l'enseignement de la **self-défense**. L'activité est **accessible à toutes et à tous** sans restriction et privilégie la remise en forme dans une **ambiance conviviale et détendue**.



NOS ACTIVITÉS ?

- Technique de défense
- Sport santé
- Cours collectif
- Remise en forme



CLES
Coopérations Locales
et Environnementales en Synergies
PORTS DE STRASBOURG

PAS

PORT AUTONOME DE STRASBOURG



COMMENT S'INSCRIRE ET QUELLES MODALITÉS ?

À noter qu'un **équipement particulier n'est pas nécessaire** si ce n'est une tenue de sport.

Il vous sera demandé **80 €** comme prix d'entrée (cotisation ASPA, licence de karaté et défraiement de l'animateur inclus) ; l'inscription à la licence comprend une assurance.

En complément :

- 1^{er} carnet de 10 séances : 15 €
- 2^e carnet de 10 séances : 9 €
- 3^e carnet de 10 séances : 8 €
- 4^e carnet de 10 séances : 8 €

La cotisation finale pour cette section **varie** donc **entre 95 € et 120 €**.

La **reprise officielle** des cours débutera **le 8 octobre 2019**, vous avez toutefois la possibilité de participer à un **cours d'essai gratuit** le **17 septembre 2019**.

Paiement à effectuer par chèque à l'ordre de l'ASPA et à remettre au responsable de section (Patrice Schoepff).

OÙ NOUS TROUVER ?



Les cours se tiendront à l'**Hôtel d'entreprises des Forges**, 81 rue du Rhin Napoléon à Strasbourg, tous les **mardis** de **12 h 15 à 13 h 00**. En cas de beau temps ceux-ci pourront **occasionnellement** se faire en **extérieur**.

Patrice SCHOEPFF (Sil Fala)

p.schoepff@lesaffre.com - Mobile → **06 10 41 76 48**

CONTACT



CLES
Coopérations Locales
et Environnementales en Synergies
PORTS DE STRASBOURG

PAS

PORT AUTONOME DE STRASBOURG

