

ORGANISÉ PAR L'ASSOCIATION AU PRÉSENT DU CORPS, EN PARTENARIAT AVEC  
SYSTEMA SURVIVAL ART



# Stage de Systema

Art Martial Russe

ÉCOUTE DU CORPS, RELAXATION, MOUVEMENT, SELF DEFENSE, RESPIRATION



**Par Fabrice AIT OUALI**

Instructeur chez Systema Survival Art

**DIMANCHE**  
**21** | SEPT  
**2025**  
de 14h à 17h

## Inscriptions (obligatoires) :

Au présent du corps / Jennifer Rogez :  
06.02.72.73.38  
apdc02100@gmail.com

## Tarifs :

30€ (adhérents)  
35€ (non-adhérents)

## Lieu :

Au Samourai Club, 63 Chemin D'Harly 02100 St Quentin