

Avec ses nombreux enchainements de techniques combats et respiratoires, nous fluidifions les réflexes de défense, nous améliorons notre souplesse, notre respiration, notre mémoire, notre équilibre et notre santé.

Cours Adultes

Mardi 19h30 à 21h00

Jeudi 19h00 à 20h00

Cours enfants le vendredi de  
17h00 à 18h00

Cotisation annuelle **75 euros.**

***Certificat médical obligatoire  
pour la pratique du Vovinam  
Viet Vo Dao .***

Deux cours d'essai pour  
découverte.



Contact:

**Christelle Lavaud**

Tél. : 06.67.83.29.42

Mail : [christellevovinam@gmail.com](mailto:christellevovinam@gmail.com)



*ART MARTIAL  
VIETNAMIEN*

*Devise du Vovinam:*

*ETRE FORT POUR ETRE UTILE*