



COURS DE

# CAPOEIRA

depuis 2007



COURS  
D'ESSAI  
GRATUIT

**Cours au  
Centre Ville et au Bas Pays**

**ENFANTS  
ADOS  
ADULTES**



**DÉJÀ 13 ANS D'EXPERIENCE !**

- Pédagogies adaptées
- Ambiance conviviale
- Remise en forme
- Renforcement musculaire
- Echanges culturels et rencontres associa-tives

Contact:

06 88 96 15 27



[www.facebook.com/CapoeiraRomainville](http://www.facebook.com/CapoeiraRomainville)



## Venez découvrir la capoeira !

Au programme découverte de la culture brésilienne, développement de votre cardio, renforcement musculaire et travail de souplesse.

Apprenez à chanter en « brésilien » et la pratique de percussions brésiennes !

Voyagez à Rio De Janeiro au siège de notre groupe !



*Contramestre Ispimenta*



	Enfants 1 De 4 à 5 ans	Enfants 2 De 6 ans à 10 ans	Enfants 3 De 11 ans à 15 ans	Ado/Adultes 16 ans et +
Mardi				20h15/22h*
Jeudi				20h15/22h*
Samedi	10h/10h45**	10h45/11h45**	11h45/13h**	11h45/13h**
Dimanche				10h/13h** 1/mois 14h/16h*

LIEUX: \* Dojo Hannah Arendt, 22 rue des chantaloups/ \*\* Complexe sportif Colette Besson: dojo + salle de gym , 76 avenue de Verdun