

# CURSO PARA PRINCIPIANTES

- Venha aprender como livrar-se de **situações perigosas**
- Sinta-se **mais seguro** connosco

Preço: € 50,00

08, 15, 22 e 29  
**Outubro.2011**  
14h às 16:30h

**defesa** pessoal



Ginásio do Clube Desportivo Paço D'Arcos - (Junto Escola Náutica)  
214 436 043 [www.defesapessoal.com](http://www.defesapessoal.com)