

LA LUTTE, UNE ÉCOLE DE VIE



PRÉSENTATION

La lutte est considérée comme l'un des arts martiaux les plus anciens de notre histoire. Pratiquée par Aristote, Platon, et bien d'autres philosophes, la lutte enseigne bien plus que la compétition en tant qu'athlète et en tant que sport. Elle enseigne également des leçons de vie, sur le tapis et en dehors.

La pratique de cet art martial vous aidera à découvrir et à développer la meilleure version de vous-même, tout en améliorant votre condition physique et votre force mentale. L'équilibre âme, corps et esprit est omniprésent dans la lutte.

Nous vous invitons à participer à une séance d'initiation à la lutte, organisée par Grenoble Lutte Olympique en partenariat avec Humacoop-Amel France.

INFORMATIONS

Date: 23 Juin.

Durée de la séance: 2h (entre 12h et 14h).

Lieu: Salle Daniel Robin, Centre Sportif Hoche, 7 rue François Raoult.

Public: Personnes en situation vulnérable et précaire à partir de 18 ans.

Pour vous inscrire, **contactez nous sur :**
info@amel-humacoop.org

ou au : 07-74-40-57-01

06-87-07-59-38