



COMITE DEPARTEMENTAL DE JUDO DU HAUT RHIN

JUJITSU

➤ PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE

✓ Jeudi 25 Février 2016

✓ 19h30 à 21h

Dojo du Duo Pôle
ENSISHEIM

• Programme :

Echauffement (éducatifs)

Transfert techniques jujitsu vers applications judo

- Ne Waza

Encadrement :

Harry Herbaut José Almouzni

(prévoir bâton court)