

BASSIN ALSACIEN

STAGE JUJITSU

SELF DEFENSE : Gestion des conflits

Défense contre coups circulaires

Mise en situation

NE WAZA : Les règles de compétition

Liaisons debout sol

Les soumissions

Yaku-soku-geiko Ne-waza

VENDREDI 2 FEVRIER 2018 de 19h à 22h

au cosec de Rouffach (rue du stade)

ENCADREMENT : Harry HERBAUT coordinateur jujitsu Alsace

José ALMOUZNI référant ne-waza Haut-Rhin