

# Cours technique de Ju-jitsu

---

**Professeur :** **Marcel Python, 8<sup>ème</sup> Dan judo et ju-jitsu, professeur diplômé FSJ,**

**assisté de :** Arnaud Vernay, 3<sup>ème</sup> Dan ju-jitsu, 2<sup>ème</sup> Dan judo, moniteur J+S  
Francesco Parisi, 3<sup>ème</sup> Dan ju-jitsu, 2<sup>ème</sup> Dan judo, moniteur J+S  
Hubert Clerc, 3<sup>ème</sup> Dan ju-jitsu et 1<sup>er</sup> Dan karaté, moniteur J+S

**Date :** **Samedi 25 mai 2013**  
09h.00 – 13h.00

**Lieu :** **Lausanne / VD**

Dojo du Judo Kwai Lausanne, piscine de Mon Repos,  
Avenue du Tribunal Fédéral, 4.

**Programme :** Défenses contre coups de poing et coups de pied, étude des techniques de projections couramment utilisées en self-défense, défenses contre des saisies aux poignets et ceintures arrière, travail au sol, yaku soku geiko, randori.

**Inscriptions :** Sur le site de la Fédération Suisse [www.fsj.ch/agenda](http://www.fsj.ch/agenda).  
Tous les renseignements sur [www.judo-vaud.ch/](http://www.judo-vaud.ch/) ou directement à Arnaud Vernay (info@judo-vaud.ch), en charge de l'organisation des cours pour l'AVJJ.

**Prix du cours :** **Gratuit** pour les membres de l'Association vaudoise de Judo et Ju-Jitsu; si non Fr. 40.-.

**Assurance :** Est à la charge des participants(es)

**Participants :** Le cours est ouvert à partir du 5<sup>ème</sup> kyu (ceinture jaune)

**Reconnaissance :** Le cours est homologué et inscrit dans le passeport sportif FSJ