

Cours technique de Ju-jitsu

Professeur : **Denis Guélat**
5^{ème} Dan judo & ju-jitsu

Date : **Samedi 3 mai 2014**
09h.00 – 13h.00

Lieu : **Bière / VD**
Collège Av. du Tir Fédéral

Programme : Défenses contre menaces au pistolet.
Défense contre saisies de poignets.

Inscriptions : Sur le site de la Fédération Suisse www.fsj.ch/agenda.
Tous les renseignements sur www.judo-vaud.ch/ ou directement à
Arnaud Vernay (a.vernay@sunrise.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^{ème} kyu (ceinture jaune)

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