AVJJ
ASSOCIATION VAUDOISE DE JUDO ET JU-JITSU

Cours technique de
Ju-Jitsu

Professeur:

Roger Perriard
7ème Dan Ju-Jitsu, 2ème Dan Judo
Professeur Ju-Jitsu avec Brevet fédéral

Intervenant:

Reynald Olivier
5ème Dan Karaté Shotokan
Professeur Karaté avec Brevet fédéral

Date :

Samedi 31 janvier 2015
de 09:00 à 13:00

Lieu :

Dojo : Zen Do Ryu Morges
Avenue Riond-Bossons 2, à Morges

Programme :

Défense sur bâton court et long.
Ate-Waza : travail avec coussins de frappes, pattes d'ours et paos sur les trois distances (longues, moyennes, courtes).

Prix :

Gratuit pour les membres de l'AVJJ
40.- pour les autres.

Inscriptions :

Sur le site de la Fédération Suisse
http://www.fsj.ch/agenda

Assurance :

Est à la charge des participants(es)

Renseignements :

http://www.judo-vaud.ch
Arnaud Vernay (info@judo-vaud.ch), en charge de l'organisation des cours pour l'AVJJ.

Participants :

Le cours est ouvert à partir du 5ème kyu (ceinture jaune)

Reconnaissance :

Le cours est homologué et inscrit dans le passeport sportif FSJ

Matériels :

Prendre avec soi, bâton court et long.