

Événement découverte

JU-JITSU

Tu as déjà des connaissances en judo ou en ju-jitsu et tu souhaites les utiliser et les élargir dans un autre contexte?

Découvre les disciplines de compétition de ju-jitsu que sont le ne-waza et le fighting avec les entraîneurs nationaux.



Ne-Waza & Fighting

Apprends les premières bases des deux disciplines et découvre les règles de la compétition. Après ce cours, tu sauras ce qu'il en est de ces disciplines et tu seras prêt à te lancer dans une première compétition.



Date	2 septembre 2023, 14h00 – 18h00
Lieu	Collège du Marais du Billet, 1033 Cheseaux-sur-Lausanne
Groupe cible	judokas, ju-jitsukas, moniteurs
Instructeurs	Entraîneurs nationaux FSJ Michel van Rijt & Anderson Pereira
Durée	4h
Contact	joris.kuger@sjv.ch
Coûts	Gratuit
Autres	Le cours peut être pris en compte comme cours technique
Inscription	sur l'agenda de la FSJ