



**CD 68**

# JUJITSU Février

## ➤ **CPS**

### ➤ **Jeudi 25 Février**

➤ **19h30 à 21h**

**ENSISHEIM**

**Dojo du Duo Pôle**

### **PROGRAMME**

Projections et clefs spécifiques

Self Défense

**Encadrement**

**José ALMOUZNI**

**Harry HERBAUT**

## ➤ **SOIREE RANDORI**

## ➤ **NE WAZA**

### ✓ **Vendredi 19 Février**

**19h30 à 21h**

**PFASTATT**

**Dojo du COSEC**

### **PROGRAMME :**

**Echauffement (Educatifs 20 min)**

### **RANDORI AU CHOIX**

**- JUDO NE WAZA**

**- JUDO JUJITSU NE WAZA  
(BRESILIEN )**

**Encadrement : JOSE ALMOUZNI**