



**CD 68**

# **JUJITSU MARS 2010**

➤ **SOIREE RANDORI**

➤ **NE WAZA**

✓ **Vendredi 26 mars 2010**

**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**