



**CD 68**

# **JUJITSU NOVEMBRE**

➤ **CPS**

➤ **Jeudi 19 novembre**

➤ **19h30 à 21h**

**MASEVEAUX**

**DOJO**

## **PROGRAMME**

Pédagogie Jujitsu

Self défense

Encadrement

Bernard BURGUNDER C.N. 5eD

➤ **SOIREE RANDORI**

➤ **NE WAZA**

✓ **Vendredi 27 Novembre**

**19h30 à 21h**

**PFASTATT**

**Dojo du COSEC**

## **PROGRAMME :**

**Echauffement (Educatifs 20 min)**

## **RANDORI AU CHOIX**

- **JUDO NE WAZA**

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

**Enc : JOSE ALMOUZNI C.N. 5eD**