



**CD 68**

# JUJITSU octobre

➤ **CPS**

➤ **Mercredi 7 octobre**

➤ **18h45 à 20h30**

**THANN**

**Dojo du COSEC**

## **PROGRAMME**

Atémis

Projections et clefs spécifiques

Encadrement

Bernard BURGUNDER C.N. 5eD

➤ **SOIREE RANDORI**

➤ **NE WAZA**

✓ **Vendredi 30 Octobre**

19h30 à 21h

PFASSTATT

Dojo du COSEC

## **PROGRAMME :**

Echauffement (Educatifs 20 min)

## **RANDORI AU CHOIX**

- JUDO NE WAZA

- JUDO JUJITSU NE WAZA  
(BRESILIEN )

Encadrement :JOSE ALMOUZNI