



Le Ju-Jitsu Judo Club Compesières vous invite à la première édition du stage

Jiu-jitsu Mix Day 2021

Le samedi 25 septembre 2021.

*Avec la présence de Bernard Menuz 3^{ème} dan de Ju-jitsu,
membre d'honneur et ancien président du JJCC*

Ouverture des portes : 08h00

Ouverture du stage : 08h40

08h45 - 09h30 : Fabio Fusco (3^{ème} dan)

Kansetsu Waza

09h45 - 10h30 : Bernard Menuz (3^{ème} dan)

Défenses sur coup de pied

10h45 - 11h30 : Fabio Fusco (3^{ème} dan)

Goshin - Système

11h45 - 12h30 : Gérard Fusco (4^{ème} dan)

Self Défense

La leçon sera ouverte au public.

Nous vous invitons à venir avec proches, amis, membres de la famille...

12h45 : Le comité

Apéritif

Renseignements

Daniel Vanini - tél. +41 (0)79 448 68 79

Fabio Fusco - tél +41(0) 79 465 32 13

Inscriptions :

Via doodle sur le site www.jjjcc.ch

Assurance : **ALA CHARGE DES PARTICIPANTS**