

STAGE DE TAI-JITSU / Self Défense

Thèmes :

Attaques au visage et/ou prise de tête , + Travail d'enchaînement seul et Kihon

Dirigé par Patrice GUILLON - Responsable Technique de Normandie
Assisté de hauts gradés de la Ligue

DATE : **Dimanche 11 octobre 2015**
 Cours de 9h30 à 12h00

Ouvert à tous niveaux aux Tai-Jitsukas (adultes et adolescents)

LIEU : **DOJO DU HARIEL – K.TJ.FLERS**
 Rue du Hariel près du rond-point de la rue du Mt St Michel - 61100 FLERS

Inscription auprès de :

Patrice GUILLON - La Rose des Haies - 61100 CERISY BELLE ETOILE
Tél : 06.08.14.50.82 - E-mail : pat-bea.guillon@hotmail.fr

Modalités d'inscription : Être titulaire de la licence 2015/2016
Certificat médical en règle.

Prochain stage : le 08 novembre 2015 à FLERS 61100