



APPROVED

# JU-JUTSU

## ARTS MARTIAUX MIXTES

**2-6 JUILLET**



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h15 OUVERTURE DU DOJO					
9h00 – 10h45 <i>Denis Guélat</i>	Retournements au sol	Ate waza travail avec gants/pattes d'ours <b>PAS DE KIMONO</b>	Travail technique autour de kote gaeshi	Nage waza renraku	Travail technique autour du bâton
10h45 – 11h15 PAUSE					
11h15 – 13h00 <i>François Parodi</i>	Défenses contre saisies aux revers	Travail technique sans Gi <b>PAS DE KIMONO</b>	Travail technique autour du couteau	Défenses contre attaques coups de pied	Travail technique autour de shiho nage

**OUVERT A TOUS  
PLACES LIMITEES**

HORAIRE : 09H00 – 13H00

LIEU : DOJO DE VERSOIX – CHEMIN AMI-ARGAND 40 – 1290 VERSOIX

MATERIEL : BATONS, COUTEAUX, GANTS BOXE/MMA, PROTECTIONS PERSONNELLES

PRIX : SEMAINE : CHF 250.- / DEMI-JOURNEE : CHF 60.- A PAYER SUR PLACE

PAUSE : BOISSONS ET COLLATIONS OFFERTES – CROISSANTS/JUS DE FRUITS OFFERTS A L'OUVERTURE DU DOJO

HEBERGEMENT ET ASSURANCE A LA CHARGE DES PARTICIPANTS

+41 79 869 59 20

[info@bcvg.ch](mailto:info@bcvg.ch)

[www.bcvg.ch](http://www.bcvg.ch)