

DENIS GUELAT

Professeur de ju-jutsu avec brevet fédéral
7^{ème} dan ju-jutsu - 5^{ème} dan judo

COURS KATA / TECHNIQUE

Carouge
15 février 2025



MATIN : KIME, NAGE, KATAME, JU NO KATA, GOSHIN JUTSU
APRES-MIDI : DEFENSES CONTRE SAISIES DE POIGNETS,
CADENA DE MANO (APPLICATIONS)

Matin : 09h00 – 13h00 / Après-midi : 14h00 – 18h00

Judo Club Carouge - Centre sportif « Les Pervenches » - Avenue de la Praille 20 – 1227 Carouge / GE

Matin : armes selon kata / Après-midi : éventuelles protections personnelles

Journée : CHF 60.- / ½ journée : CHF 40.- à payer sur place

Midi : Prendre un pique-nique / Soir : Possibilité de prendre un repas en commun

Cours ouvert à tous - Assurance à la charge des participants

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

+41 78 671 79 71 – info@bcvg.ch – www.bcvg.ch

FSJ : directement via le site www.fsj.ch, rubrique agenda, avec login personnel