

STAGE JUJITSU DEPARTEMENTAL

MARDI 10 NOVEMBRE 2009

✓ Publics :

- Tous publics (à partir de Minimes)

✓ Lieu :

- **Gymnase Yves Brouzet**

5 Rue Joseph Moutin – 38180 SEYSSINS

✓ Programme :

- 19h30-20h10 : Echauffement
- 20h15-21h30 : Séance Technique
(finitions au sol et méthodes d'entraînements)

✓ Encadrement :

- Rouhet Frédéric / Ovisse thierry / Lavis Mélanie

Inscriptions OBLIGATOIRE via EXTRANET
sur le site de la fédération Française de judo

<http://www.ffjudo.org/portal/>

Information au Comité Isère Judo :

tél : 04 76 24 18 18 - e.mail : secretariat@judo38.com – site: wwjudo38.com