



Matinée JU JUTSU DEFENSE à VOUREY

**dimanche 08 janvier 2017
de 9 h à 12 h**

Thème de la matinée :

Les techniques de self défense
et
Self défense féminine.

Déroulement de la matinée :

- 9h à 10h30 : JU JUTSU DEFENSE
- pause : *Prévoir de l'eau et une collation*
- 10h40 à 12h : JU JUTSU DEFENSE

Modalités :

Participation de 5€ par personne

Lieu :

Gymnase de Vourey - 65 route de la Fontaine Ronde - 38210 Vourey

**Ouvert à tout public, aucune connaissance dans la pratique des arts
martiaux n'est requise.**

Nous clôturerons cette matinée par la traditionnelle galette.

Renseignement : Michel SCACCIALUPI 04 76 35 51 29

Mail : jujutsudefense@gmail.com

*On ne peut pas polir un joyau sans le frotter,
Ni parfaire un homme sans l'éprouver.*