



## **Matinée JU JUTSU DEFENSE à VOUREY**

**dimanche 16 février 2020  
De 9 h à 12 h**

Thème de la matinée :

### **Self défense.**

**Se défendre sur des frappes de poing, gifles et coups de pied.  
Points vitaux.**

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.**

Renseignement : Michel SCACCIALUPI 04 76 35 51 29

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