



STAGE SELF-DÉFENSE

Dimanche 24 Novembre
Gymnase Nelson Paillou 64570 Arette



Programme:

Dimanche 24 Novembre

9h45 accueil

10h début du stage

12h fin du stage

12h30 Repas



Thème du stage :

- agressions à distance
- agressions rapprochées
- gestion de la distance

Ouvert à tous les judokas licenciés.
Inscription par extranet obligatoire.

Repas sur place avec
les stagiaires

Renseignements :
Erick DALLEZ 06 30 60 05 11

