COMITE DEPARTEMENTAL DE JUDO DU HAUT RHIN

NE WAZA DECEMBRE

➢ **SOIREE RANDORI NE WAZA**

✓ **Vendredi 19 Décembre 2025**

19h30 à 21h

Dojo du Cosec

PFASTATT

- **Programme :**

Echauffement (20min.éducatifs)

RANDORIS NE WAZA au choix

- **JUDO**
- **JUDO JUJITSU (dit brésilien)**

Encadrement :

JOSE ALMOUZNI