

NE WAZA NOVEMBRE



SOIREE RANDORI NE WAZA

✓ **Vendredi 17 Novembre 2023**

19h30 à 21h

Dojo du Cosec

PFASTATT

• **Programme :**

Echauffement (20min.éducatifs)

RANDORIS NE WAZA au choix

- JUDO

- JUDO JUJITSU (dit brésilien)

Encadrement :

JOSE ALMOUZNI

