



COMITE DEPARTEMENTAL DE JUDO DU HAUT RHIN

COMMISSION DIVERS PRATIQUES FFJDA

REGROUPEMENT VETERANS

➤ **SOIREE VETERANS**

➤ **Vendredi 11 Octobre 2024**

19h30 à 21h

Dojo du Cosec

PFASTATT

• **Programme :**

Echauffement (20min.éducatifs)

Techniques Tachi waza et Ne waza

Randori libre

Mondo

Animateur: José Almouzni CN 5em dan