



柔術

# STAGE JUJITSU

## Dimanche 25 Septembre 2011

OUVERT A TOUS  
TOUS NIVEAUX  
TOUTES DISCIPLINES  
Débutants acceptés



SPECIAL SOL  
SANKAKU-JIME

(Étranglement en triangle avec les jambes).

Echauffement - entrées - sorties - randori au sol

### Temple du Ninja

58 Av. du Gal de Gaulle  
94700 Maisons- Alfort

### Horaires :

10 h 00 > 13 h 00

Tarifs : 15 €

### Animé par :

Laurent Rochat - 3<sup>ème</sup> DAN IMAF  
Eric Conxicoeur - 3<sup>ème</sup> DAN IMAF

Métro : Ecole Vétérinaire L8

### Bus :

Ecole Vétérinaire

Lignes 24 - 103 - 104 - 107 - 125

- 181 181



RENSEIGNEMENT / Programme : 06.61.64.10.96 ou [www.efjisd.fr](http://www.efjisd.fr)

\*Ne pas jeter sur la voie publique