

NE WAZA OCTOBRE

- **SOIREE RANDORI NE WAZA**
- ✓ **Vendredi 25 Octobre 2019**

19h30 à 21h

Dojo du Cosec

PFASTATT

- **Programme :**

Echauffement (20min.éducatifs)

RANDORIS NE WAZA au choix

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

Encadrement :

JOSE ALMOUZNI