



Regione
Lombardia

STAGE REGIONALE JU JITSU 2015



Giorno 6 giugno 2015
palestra ASD KODOKAN VARESE
in via L. da Vinci 7 a Varese. Accreditoamento dei
partecipanti ore 15,00, inizio stage 15,30.
Iscrizioni: via mail a lucakodokan@gmail.com
Costo: 15€/persona da pagarsi
direttamente in loco. Lo stage è a numero chiuso e le
iscrizioni saranno accettate in ordine di arrivo.
Per info: Luca Talamona 3355424110



- 15,30-16,30 Introduzione al **Brazilian Ju Jitsu – Fabrizio Manzo**
- 16,30-17,30 tecniche di **Nage Waza – Luca Talamona**
- 17,30-18,30 **Hontai Yoshin Ryu – Alessandro Ormas**

