



COMITÉ DE L'AUBE DE JUDO, JU-JITSU, KENDO ET D. A.

MAISON DES ASSOCIATIONS - 63, AVENUE PASTEUR - 10000 TROYES
Tél/Fax : 03 25 74 03 31 - E-Mail : comite-aube-judo@wanadoo.fr



Cours de perfectionnement
GRATUIT

Encadrement

Michèle Barthélemy, Jacques Jouglas et Eric Pennesi

ENTRAINEMENT KATAS
à partir de minimes

VENDREDI 20 novembre 2009

De 20h à 22h

Cosec II – Salle de combats
Rue Marie Curie
10000 TROYES

KATAS (possibilité de travail à la demande)

Venez travailler vos katas pour votre examen

Nage No Kata

Goshin jitsu



Eric PENNESI

Responsable de la Commission Formation



COMITÉ DE L'AUBE DE JUDO, JU-JITSU, KENDO ET D. A.

MAISON DES ASSOCIATIONS - 63, AVENUE PASTEUR - 10000 TROYES
Tél/Fax : 03 25 74 03 31 - E-Mail : comite-aube-judo@wanadoo.fr



Cours de perfectionnement
GRATUIT

Encadrement

Michèle Barthélemy, Jacques Jouglas et Eric Pennesi

ENTRAINEMENT KATAS
à partir de minimes

VENDREDI 2 avril 2010

De 20h à 22h

Cosec II – Salle de combats
Rue Marie Curie
10000 TROYES

KATAS (possibilité de travail à la demande)

Venez travailler vos katas pour votre examen

Katame No Kata

Kime No kata



Eric PENNESI

Responsable de la Commission Formation



COMITÉ DE L'AUBE DE JUDO, JU-JITSU, KENDO ET D. A.

MAISON DES ASSOCIATIONS - 63, AVENUE PASTEUR - 10000 TROYES
Tél/Fax : 03 25 74 03 31 - E-Mail : comite-aube-judo@wanadoo.fr



Cours de perfectionnement
GRATUIT

Encadrement

Michèle Barthélemy, Jacques Jouglas et Eric Pennesi

ENTRAINEMENT KATAS
à partir de minimes

VENDREDI 21 mai 2010

De 20h à 22h

Cosec II – Salle de combats
Rue Marie Curie
10000 TROYES

KATAS

Venez travailler vos katas pour votre examen

Tous les katas



Eric PENNESI

Responsable de la Commission Formation