



BUSHIDO CLUB VERSOIX GENEVE

Académie de ju-jutsu et d'arts martiaux mixtes

www.bcvg.ch - info@bcvg.ch



STAGE D'AUTOMNE



SAMEDI 17 OCTOBRE 2020

Dojo de Versoix – Chemin Ami-Argand 40

PROGRAMME

- 08h45 Rendez-vous Dojo
- 09h00 Echauffement ludique
- 09h00 – 09h30 Travail d'ukemi (chutes)
- 09h30 – 11h00 Travail technique pour accroître le développement personnel
- 11h00 – 12h00 Randoris debout et au sol
- 12h00 Repas
- 12h30 Desserts avec les parents

**COURS - REPAS - BOISSONS
35 CHF
A RAPPORTER AVEC L'INSCRIPTION**

LES ENFANTS SONT SOUS LA RESPONSABILITE DES PARENTS DES 12H30



www.bcvg.ch



!!! A rapporter à Isabelle (078 601 92 01) avec le talon réponse : CHF 35.- !!!

au plus tard le mercredi 14 octobre 2020

Par la présente, j'autorise mon fils/ma fille.....

I authorize my son / my daughter.....

à participer au cours du 17 octobre 2020 sous l'égide et la responsabilité du Bushido Club Versoix Genève.

to participate to the course of 17th October, under the aegis and the responsibility of Bushido Club Versoix Genève.

Représentant légal / *Legal representative*.....

Date et Signature / *Date and Signature*.....