



**L'ÉCOLE DE KARATÉ STÉPHANE DORVAL
PRÉSENTE**

SAMEDI LE 12 NOVEMBRE 13H à 15H

SÉMINAIRE DE JIU-JITSU

AVEC SHIHAN DENIS PAQUET

COÛT: 20,00\$ PAYÉ

AVANT LE 10 novembre

AU PROGRAMME:

- BLOCAGE
- CLÉ DE BRAS
- PROJECTION
- LUXATION et beaucoup plus...



Le JIU-JITSU est l'art de s'adapter à toute sorte de situation d'auto-défense.

Venez acquérir d'autres connaissances dans une atmosphère détendue.