

Le Central Jujitsu, Judo de l'Orléanais

Cours de Self-Défense ADOS

Public concerné : Filles et Garçons de 13 ans à 17 ans

Lieu d'entraînement : Dojo Florence ROLLIN à Trinay.



Savoir se défendre, c'est une force !

Apprendre à se défendre par une méthode simple et très efficace, afin de maîtriser ses peurs et contrôler une agression.

Professeur **Philippe ROLLIN**,
Diplômé d'Etat 5^{ème} DAN
Expert en Self-Défense
Formateur

A partir de
Septembre 2011
Le Samedi de 18h à 19h

Renseignements : Tél : 02.38.80.05.05/Portable : 06.60.70.94.27

E-mail : rollinphilippe@yahoo.fr

Lien des sites du Centrale Jujitsu de l'Orléanais :

<http://www.dailymotion.com/user/philipperol/1#hp-h-8>

<http://031050.free.fr/>

<http://jujitsuorleanais.clubeo.com/>