



**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.**