

ENTRENAMENT DE FEDERATIU DE JIU-JITSU

Benvolguts presidents/es, directors/es i entrenadors/es de club:

Convidem als/les esportistes catalans/es de les categories esmentades a participar en el següent entrenament de Jiu-Jitsu:

Cadet / Junior / Sènior

DIA	31 Gener 2026
HORA	De 11:30h a 13:30h
LLOC	Budo Sensei: Escola d'Arts Marcials. Carrer de Melcior de Palau, 149, Sants-Montjuïc, 08014 Barcelona
MESTRE	Carles Cervelló

CONTINGUT DE L'ENTRENAMENT:

RENRAKU WAZA: encadenament/combinació de tècniques. En concret, realitzarem encadenaments de KATAME (luxacions i estrangulacions).

NOTA IMPORTANT:

No podrà entrenar cap esportista que no estigui federat en Jiu-Jitsu.

Es demana als clubs que confirmin l'assistència dels esportistes divendres 30 de gener a les 13.30 h mitjançant l'inscripció del formulari disponible a:

https://docs.google.com/forms/d/1GiyPtw0bsS3UQ0ig0lv5tLt_ZPQ9gJSgV0qwfQd_aRY/edit

Delegat de Jiu-Jitsu
Axel Forreriter

Vist i plau Fermín Parra
President