

## **ENTRENAMENT DE TECNIFICACIÓ DE JIU-JITSU I INTRODUCCIÓ A L'ARBITRATGE I LA ORGANITZACIÓ DE CAMPIONATS**

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	16 MAIG 2026
HORA	De 9:30h a 11:30h
LLOC	Complex Esportiu Badia del Vallès Avda Via de la Plata, s/n
PROFESSOR	Axel Forreiter i Gapar Gamisans

### **CONTINGUT DE L'ENTRENAMENT:**

1. Treball tècnic i tàctic de:

- Atemi Waza
- Nage Waza
- Ne Waza

2. Introducció teòrica i pràctica a l'arbitratge de Jiu Jitsu

### **NOTA IMPORTANT:**

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

Es demana als clubs que confirmin l'assistència dels esportistes abans del 14 de Maig mitjançant l'inscripció del formulari disponible a:

[https://docs.google.com/forms/d/13SaRI4l\\_IHJ0MhKb7iel7ZWXFoJFSh8npHukEB9zMRs/edit](https://docs.google.com/forms/d/13SaRI4l_IHJ0MhKb7iel7ZWXFoJFSh8npHukEB9zMRs/edit)

Delegat de Jiu-Jitsu  
Axel Forreiter

Vist i plau Fermín Parra  
President