

ENTRENAMENT PREPARACIÓ COMPETICIÓ

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	30 MAIG 2026
HORA	De 9:30h a 12:00h
LLOC	Pavelló Municipal d'Esports de Súria Carrer d'Ignasi Abadal, 10, 08260 Súria, Barcelona
PROFESSOR	Gaspar Gamisans i Axel Forreiter

CONTINGUT DE L'ENTRENAMENT:

1. Treball tècnic i tàctic de:
 - Atemi Waza
 - Nage Waza
 - Ne Waza

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 29 de Maig mitjançant l'inscripció del formulari disponible a:

https://docs.google.com/forms/d/1Rilif3ZyJKg9rzt_1cSDiTPhWSRQsddqONpwwfgglPHU/edit

Delegat de Jiu-Jitsu
Axel Forreiter

Vist i plau Fermín Parra
President