



"Les défis nous unissent"

Les Avenières Veyrins-Thuellin le 10/10/2022

SECTION ARTS-MARTIAUX

Jean-Luc ROMPION

Délégué de section

Mobile : 06 07 25 72 18

Email : arts-martiaux@cssd.fr

Note 06/AM/2022

Objet: Organisation stage self-défense: défense au sol

La section arts-martiaux du CSSD organise un stage défense au sol au profit de ses membres ainsi que les militaires et forces de l'ordre, actifs, réservistes et retraités œuvrant dans le domaine de la sécurité.

Le stage est gratuit pour les adhérents du CSSD (cotisation à jour). Pour les non adhérents une participation de 20€ sera demandée (repas non compris).

Date: Week-end 10-11 décembre 2022

Lieu: Les Avenières Veyrins-Thuellin (38630) – dojo du gymnase – rue du stade, face au boulodrome.

Horaires: - début stage samedi 10 décembre 14h00

- fin stage dimanche 11 décembre 12h00

Encadrement:

- Jean-Luc ROMPION, directeur du stage
- Julien MAHIEUX, expert JJB, champion de France 2022

Tenue: tee-shirt, pantalon survêtement, ou kimono pour les détenteurs, protège tibia et gants boxe.

Hébergement (pour les plus éloignés)

- Auberge des Avenières – centre bourg: Tel 04 74 33 65 46 : contact@auberge-des-avenieres.fr
- Relais des Vieilles Postes – Les Nappes: Tel 09 83 77 42 18 : contact@relais-des-vieilles-postes.fr
- Au dojo sur tatamis

Repas: Restaurant du boulodrome en face du Dojo au prix de 16€ le repas (repas obligatoire le samedi soir-facultatif le dimanche midi) – Petit déj 4€

PROGRAMME

Module 1: - Dégagement sur emprise au sol et neutralisation agresseur

samedi 14h/18h – Intervenant A/C Julien MAHIEUX

Module 2: - Idem que la veille et en complément dégagement divers sur guillotine

dimanche 09h/12h – Intervenant Jean-Luc ROMPION – Julien MAHIEUX

Contact: arts-martiaux@cssd.fr
dreddefense@gmail.com

Le délégué Arts-Martiaux

Jean-Luc ROMPION

Instructeur national – Formateur Self-Défense

Kapap – Krav Maga (Level B)

6^{ème} Dan EJJU (Européen Jujitsu Union)

6^{ème} Dan Dojo de France des Arts Martiaux

