



Bushido Raid

Le Bushido Raid est une course à pied de 5 kms par équipe de deux entrecoupée d'épreuves inspirées de l'esprit du Bushido.

C'est une mise à l'épreuve des compétences techniques, de l'endurance, du courage, de la réflexion de chaque participant par le biais d'activités ludiques et sportives.

Cette épreuve est conçue et organisée par l'équipe de l'école de self défense le LézArt Martial de Saint-Brieuc.

Le Bushido raid se déroulera le dimanche 31 mai 2015 autour du lac du Pont Noir à Ploufragan dans les Côtes d'Armor.

Ouvert à 24 pratiquants de Nihon tai jitsu* Bretagne (ceintures bleues à noires), une soixantaine de personnes sont attendues pour l'événement (bénévoles, accompagnateurs...).

La MJC du plateau filmera l'événement (dixittv).

* Art marital d'origine japonaise utilisant les clés, les frappes et les projections dans le cadre de la self défense, discipline affiliée à la fédération de karaté et disciplines associées



Nathan Racinet

lezartmartial@gmail.com

06 48 03 87 74