

FEUILLE DE SEMAINE DU

mai-19							juin-19						
l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s	d
		1	2	3	4	5						1	2
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30

POLE ESPOIR JUDO

13 mai – 19 mai

Lundi 13 Mai	Vendredi 17 Mai
<p>17h30 – 19h15 KATA (obligatoire)</p>	<p>10h30 - 12h30 COLLEGE: PPG + technique</p> <p>11h15 - 13h20 ST JEAN: PPG (footing)</p>
Mardi 14 Mai	Samedi 18 Mai
<p>11h15 - 12h10 ST JEAN: PPG (sprint) ANNULE</p> <p>12h15 - 13h25 COLLEGE: TECHNIQUE ST JEAN: PPG (sprint) ANNULE</p> <p>18h30 – 20h30 Kumikata et randori</p>	<p>Championnat BFC cadets 2D et espoirs</p>
Mercredi 15 Mai	Dimanche 19 Mai
<p>14h30 - 16h PPG (Junior)</p> <p>16h30 - 18h30 Ne waza – Randori</p> <p>18h30 - 20h Echange avec la section Rugby</p>	<p>Championnat BFC Seniors 2D</p>
Jeudi 16 Mai	
<p>18h00 – 20h Entraînement Liaison debout-sol et Randori</p>	