

FEUILLE DE SEMAINE DU

POLE ESPOIR JUDO

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

21 Mars – 27 Mars

Lundi 21 Mars	Vendredi 25 Mars
<p>17h30 – 19h30 Technique + Randori</p>	<p>10h30 - 12h30 COLLEGE: PPG + technique</p> <p>11h15 - 13h20 ST JEAN: PPG (marches) ANNULE</p>
Mardi 22 Mars	Samedi 26 Mars
<p>11h15 - 12h10 -ST JEAN : PPG (Piste)</p> <p>12h15 - 13h25 COLLEGE : TECHNIQUE ST JEAN : PPG (Piste)</p> <p>18h30 – 20h30 Randori</p>	<p>COUPE DE France MINIME</p>
Mercredi 23 Mars	Dimanche 27 Mars
<p>14h30 – 16h PPG- CROSSFIT</p> <p>16h30 – 18h30 Entraînement</p> <p>18h30 – 19h30 PPG</p>	<p>COUPE DE France MINIME</p>
Jeudi 24 Mars	
<p>18h – 20h Randori</p>	

