

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 | |

28 Mars – 03 Avril

| Lundi 28 Mars | Vendredi 01 Avril |
|--|---|
| <p>17h30 – 19h30 Technique + Randori</p> | <p>10h30 - 12h30 COLLEGE: PPG + technique</p> <p>11h15 - 13h20 ST JEAN: PPG (footing)</p> |
| Mardi 29 Mars | Samedi 02 Avril |
| <p>11h15 - 12h10 -ST JEAN : PPG (Piste)</p> <p>12h15 - 13h25 COLLEGE : TECHNIQUE ST JEAN : PPG (Piste)</p> <p>18h30 – 20h30 Randori</p> | <p>CHAMPIONNAT DE France CADETS(TES)</p> |
| Mercredi 30 Mars | Dimanche 03 Avril |
| <p>14h30 – 16h PPG- CROSSFIT</p> <p>16h30 – 18h30 Entraînement</p> <p>18h30 – 19h30 PPG</p> | <p>CHAMPIONNAT DE France CADETS(TES)</p> |
| Jeudi 31 Mars | |
| <p>18h – 20h Randori</p> | |

