

Programme judo du WE du 14 et 15 juin 2014 rencontre Franco/ Allemande

Jour	Horaires	Programme
Samedi	11h à 12h	Arrivée et accueil de nos amis d'Eitdorf
14 juin 2014.	12h00	Retour à la salle des sports
	12h15	Repas du midi buffet froid
	13h30	Salle de judo se mettre en kimono
	14h00	Entraînement de masse judo sol et debout
	16h00	Pause et rafraîchissement
	16h30	Stage ju jitsu ouvert à tous
	18h30	Stage ju jitsu ouvert à tous
	19h00	Pose et rafraîchissement fin de la 1 ^{er} journée
	20h00	Repas du soir Barbecue et salades composées
Dimanche		
15 juin 2014.	07h00	Réveil
	07h45	Petit déjeuner à la Française. French Breakfast
	09h00	Judo sol
	10h30	Judo debout
	12h00	Fin de l'entraînement de masse