

Emploi du temps

Année : 2016

stage AVRIL

Arts martiaux Ronchinois

	Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
09:00 09:15	Accueil FOOTING	Accueil FOOTING	Accueil FOOTING	Accueil FOOTING	Accueil FOOTING
09:45 10:15	SPORT CO	SORTIE	ROLLERS	PING PONG	
10:45 11:15	TRAMPOLINE EN 2 GROUPES	BOWLING	Trotinette	JUDO	COMPETITION
11:45 12:15			Judo		2 GROUPES
12:45 13:15	Repas RESTAURANT	Repas BOWLING	Repas croques/salade	Repas crêpes salées	Repas Friterie
13:00 13:30	Temps	calme
14:00 14:30	REVISION	2 GROUPES	arbitrage	SORTIE	OLYMPIADES
15:00 15:30	TECHNIQUE SOL	JUDO DEBOUT	PISCINE	POMPIERS	
16:00 16:30	KATAS	JU JITSU			
17:00 17:30	Gouter	Gouter	Gouter	Gouter	Gouter

PLANNING PREVISIONNEL POUVANT CHANGER PENDANT LE STAGE

prevoir JUDO GI, affaires de piscine , eau , tenue de sport, rollers, trotinette, protections...