

Horaire d'entraînement			
Groupe	27 Vendredi	28 Samedi	29 Dimanche
<b>Matin</b>			
Groupe 1	<b>90min</b> Technique Tachi-Waza et Ne-Waza 9h30-11hs	Entrainement Physique-Circuit 9h00-10h00 Activité Social 10h30-12h00	<b>120min</b> Technique + Tachi-waza Randori 9h30-11h30
<b>Matin</b>			
Groupe 2	<b>90min</b> Technique Tachi-Waza et Ne-Waza 10hs-11h30	Entrainement Physique-Circuit 9h00-10h00 Activité Social 10h30-12h00	<b>120min</b> Technique + Tachi-waza Randori 10hs-12hs
<b>Après-midi</b>			
Groupe 1	<b>120min</b> Technical Tachi-waza randori 17h00-19h00	<b>120min</b> Technical Ne-waza & Tachi-waza Randori 17h00-19h00	
<b>Après-midi</b>			
Groupe 2	<b>120min</b> Technical Tachi-waza randori 17h30-19h30	<b>120min</b> Technical Ne-waza & Tachi-waza Randori 17h30-19h30	