

JU-JUTSU

entraînement régional aejt a cordon (salle de l'Echo du Jaillet)

Samedi 2 AVRIL 2011
Dimanche 3 AVRIL 2011



PROGRAMME : samedi

08h30 : collation

09h00-11h00 : Kyus + CN
11h00-13h00 : C-NOIRES

15h00-16h30 : Kyus + CN
16h30-18h30 : C-NOIRES

18h30-20h00 : entraînement équipe démonstration

PROGRAMME : dimanche

08h00 : collation

08h30-10h30 : Kyus + CN
10h45-12h00 : Enfants

14h30-16h00 : Kyus + CN
16h00-17h30 : C-NOIRES

REPAS :

SAMEDI 13h15 : PIQUE-NIQUE
(salle dans le même bâtiment que le stage).

TARIFS : 12€ adultes

DIMANCHE 12H15 : restaurant La Ruche (22 chemin Motteuse 74700 Cordon) à côté de la salle du stage.

- Entrée : salade mixte avec fromage.
- Plat : poulet avec penné sauce champignons.
- Dessert : gâteau de semoule et tarte aux fruits.
- Café.