

		Lundi		Mardi			
		Groupe 1	Groupe 2	Groupe 1	Groupe 2		
09h		Départ de St Pol pour les St Politains		Départ de Plouescat pour les Plouescatais		09h	
09h30		Accueil des stagiaires		Accueil des stagiaires		09h30	
10h		Présentation du stage		APC		10h	
10h30		Judo Ne waza				10h30	
11h				Judo		11h	
11h30		Foot				11h30	
12h				Pique-nique		12h	
12h30		Pique-nique				12h30	
13h		Vidéo		Vidéo		13h	
13h30				Judo mundo et récompense		13h30	
14h		Transport pour la plage				14h	
14h30		Jeux sur la plage		Piscine		14h30	
15h						15h	
15h30		Retour au dojo et goûter				15h30	
16h		Judo Nage Waza				16h	
16h30				Retour au dojo		16h30	
17h		Retour à St Pol pour les St Politain		Retour à Plouescat pour les Plouescatais		17h	
17h30						17h30	
18h						18h	