

	Dimanche 19	Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24
8h30			PPG	PPG	PPG	Petit déjeuner
9h30		Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	
11h30		Randonnée (pique-nique prévu)	Jujitsu Combat	Jujitsu Preparation au grade	Jujitsu Ne waza	Jujitsu + Mondo
13h30			Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
16h30			Kayak	Après-midi libre	Surf	
17h30						
18h	18h : accueil stagiaires	JUJITSU Entrainement spécifique et randori	JUJITSU Entrainement spécifique et randor	JUJITSU Entrainement spécifique et randor	JUJITSU Entrainement spécifique et randor	
19h30	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Soirée de fin de stage	