

Mercredi 11 mai 2011 de 14h30 à 16h30

NOM	PRENOM	S	CLUB	A.P
BAZIN	Kevin	M	Union Judoka	1
BERNOUSSI	Fred	M	St Junien	1
BEX	Justine	F	Racing Limoges	1
DARDILHAC	Thibault	M	Couzeix	1
ETIENNE	Julia	F	Racing Limoges	1
FAURE	Valérie	F	Linards	1
FILLEUL	Paul	M	Couzeix	1
FLOIRAT	Marine	F	Val de Briance	1
GARNIER	Florian	M	Val de Briance	1
HUGUET	Marine	F	Le Palais/Vienne	1
LANGLE	Guillaume	M	Racing Limoges	1
LAVAUD	Baptiste	M	Union Judoka	1
LEGRAND	Nicolas	M	Couzeix	1
MARCHEIX	Patricia	F	Châteauneuf la Forêt	1
MATAS-FAYOLLE	Clément	M	Couzeix	1
MICHAUD	Anthony	M	Couzeix	1
PASCAUD	Baptiste	M	Val de Briance	1
THINNES	Manon	F	Racing Limoges	1

18

## INTERVENANT

BLANCHER Cécile

**Féminines :** 7  
**Masculins :** 11  
**Nombre de clubs :** 9



# COMITÉ HAUTE-VIENNE JUDO

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE JUDO-JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

## ENTRAINEMENT DEPARTEMENTAL MINIMES

Mercredi 11 mai 2011

De 14h30 à 16h30

### PROGRAMME PREVISIONNEL

14 H30		14 H30
	<b>Courses avec consignes, sprints à 2, renfo sur techniques engagées</b>	
15 H00		15 H00
	<b>Amplitude des mouvements et coordination dans les enchaînements</b>	
15 H30		15 H30
	<b>Liaison debout sol de face</b>	
16 H00		16 H00
	<b>Randoris debout: 4x2' et jeu en ronde</b>	
16 H30		16 H30