

IJF - Youth Training Camp 2021 - Natsu - Leysin - Switzerland

1 - 7.08.2021

Sunday 1	Monday 2	Tuesday 3	Wednesday 4	Thursday 5	Friday 6	Saturday 7
	07:00 Course / Workout	07:00 Course / Workout	07:00 Petit déjeuner Breakfast	07:00 Course / Workout	07:00 Course / Workout	Rangements / Cleaning
	08:00 Petit déjeuner Breakfast	08:00 Petit déjeuner Breakfast		08:00 Petit déjeuner Breakfast	08:00 Petit déjeuner Breakfast	08:00 Petit déjeuner Breakfast
Camp Adress Alpine Classic Hotel Route de la Cité 4 CH - 1854 Leysin	09:30 - 10:30 Technique judo Workshop	09:30 - 10:30 Technique judo Workshop	08:30 - 09:30 Technique judo Workshop	09:30 - 10:30 Technique judo Workshop	09:30 - 10:30 Technique judo Workshop	09:30 - 11:00 Judo
	10:30 - 11:30 Judo Randoris	10:30 - 11:30 Judo Randoris	09:30 - 10:30 Judo Randoris	10:30 - 11:30 Judo Randoris	10:30 - 11:30 Judo Randoris	
			11:30 Repas / Lunch			Départ des participants Departure
	12:30 Repas / Lunch	12:30 Repas / Lunch	13:00	12:30 Repas / Lunch	12:30 Repas / Lunch	
Acceuil / Welcome			Condition Physique Montée en Montagne			
Arrivée des équipes Team arrival	16:00 - 17:00 Technique judo Workshop	16:00 - 17:00 Technique judo Workshop	Physical Condition Mountain Rise	16:00 - 17:00 Technique judo Workshop	16:00 - 17:00 Technique judo Workshop	
	17:00 - 18:00 Judo Randoris	17:00 - 18:00 Judo Randoris		17:00 - 18:00 Judo Randoris	17:00 - 18:00 Judo Randoris	
19:00 Repas / Dinner	19:00 Repas / Dinner	19:00 Repas / Dinner	19:00 Repas / Dinner	19:00 Repas / Dinner	19:00 Repas / Dinner	
23:00 Extinction des lumières Lightsoff	23:00 Extinction des lumières Lightsoff	23:00 Extinction des lumières Lightsoff	23:00 Extinction des lumières Lightsoff	23:00 Extinction des lumières Lightsoff	23:00 Extinction des lumières Lightsoff	



APPROVED PROJECT



Sergei Judo Camp - SJC

info@sjcamp.ch
www.sjcamp.ch

