

**STAGE "Lancers Pâques PCA" - Colmar**  
**PLANNING DU STAGE**

4.4	APRES MIDI	15H00	<b>TESTS EXPLOSIVITE</b>
LUN		16H30	
5.4	APRES MIDI	15H00	<b>TECHNIQUE POIDS DISQUE JAVELOT</b>
MAR		16H30	<b>MUSCULATION</b>
6.4	APRES MIDI	15H00	<b>MARTEAU VOLGELSHEIM</b>
MER		16H30	<b>PPG</b>
7.4	APRES MIDI	15H00	<b>TECHNIQUE POIDS DISQUE JAVELOT</b>
JEU		16H30	<b>STADE AIX</b>
8.4	APRES MIDI	15H00	<b>MARTEAU VOLGELSHEIM</b>
VE		16H30	<b>PPG</b>
9.4	SAM		<b>REPOS</b>
10.4	DIM		
11.4	APRES MIDI	15H00	<b>TECHNIQUE POIDS DISQUE JAVELOT</b>
LUN		16H30	<b>MUSCULATION</b>
12.4	APRES MIDI	15H00	<b>MARTEAU VOLGELSHEIM</b>
MAR		16H30	<b>PPG</b>
13.4	APRES MIDI	15H00	<b>TECHNIQUE POIDS DISQUE JAVELOT</b>
MER		16H30	<b>PPS</b>
14.4	APRES MIDI	15H00	<b>MARTEAU VOLGELSHEIM</b>
JEU		16H30	<b>MUSCULATION</b>
15.4	APRES MIDI	15H00	<b>TECHNIQUE POIDS DISQUE JAVELOT</b>
VE		16H30	<b>PPG</b>
16.4	SAM		<b>REPOS</b>
17.4	DIM		