

Lundi 16 Janvier 17	à 10h00	Stage international au Creusot
LUTTE	Durée :02:00:00	
Intensité %	Volume %	
Lundi 16 Janvier 17	à 17h00	Stage international au Creusot
LUTTE	Durée :02:00:00	
Intensité %	Volume %	
Mardi 17 Janvier 17	à 10h00	Stage international au Creusot
LUTTE	Durée :02:00:00	
Intensité %	Volume %	
Mardi 17 Janvier 17	à 17h00	Stage international au Creusot
LUTTE	Durée :02:00:00	
Intensité %	Volume %	
Mercredi 18 Janvier 17	à 10h00	Stage international au Creusot
LUTTE	Durée :02:00:00	
Intensité %	Volume %	
Jeudi 19 Janvier 17	à 17h00	Échauffement jeux Pousse et préactions Répétition techniques individuelles
LUTTE	Durée :02:00:00	
Intensité %	Volume %	
Vendredi 20 Janvier 17	à 10h00	Musculation
LUTTE	Durée :02:00:00	
Intensité %	Volume %	
Intensité moyenne :	%	Volume moyen : %
		Durée totale : 14:00:00