VENI VIDI BICLY
Badminton Club Lyon

Planning

15 au 19 Juillet

Lundi 15 : Matin
Les déplacements

Lundi 15 : Après-midi
Frappes en main basse

Mardi 16 : Matin
Frappes du fond de court

Mardi 16 : Après-midi
La maniabilité au Bad !

Mercredi 17 : Matin
Déplacement arrière
Saut ciseau / chinois

Mercredi 17 : Après-midi
Ronde suisse par équipes

Jeudi 18 : Matin
Placement double / mixte

Jeudi 18 : Après-midi
Contrôle
Jeu mi-court

Vendredi 19 : Matin
Variation fond de court

Vendredi 19 : Après-midi
Tournoi par équipes
Coaching - Bilan