

**PLANNING DEBUT DE SAISON 2016/2017 - Groupe U15  
DEBUT DES ENTRAINEMENTS 18H30 au Stade Michel Nepveux**

<b>Samedi 20 aout</b>	TRAVAIL INDIVIDUEL, 1ère séance: Footing 20' + Gainage 10' + Etirements 10'
<b>Mardi 23 août</b>	TRAVAIL INDIVIDUEL, 2ème séance: Footing 2 x 15' + Gainage 10' + Etirements 10'
<b>Samedi 27 aout</b>	REPRISE INDIVIDUEL, 3ème séance: Footing 2 x 20' + Gainage 10' + Etirements 10'
<b>Mardi 30 aout</b>	<b>REPRISE DES ENTRAINEMENTS COLLECTIFS</b>
<b>Mercredi 31 aout</b>	<b>REPOS</b>
<b>Jeudi 1 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Vendredi 2 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Samedi 3 septembre</b>	<b>TOURNOI AU PUY NOTRE DAME</b>
<b>Dimanche 4 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Lundi 5 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Mardi 6 septembre</b>	<b>ENTRAINEMENT</b>
<b>Mercredi 7 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Jeudi 8 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Vendredi 9 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Samedi 10 septembre</b>	<b>MATCH ( A définir)</b>
<b>Dimanche 11 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Lundi 12 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Mardi 13 septembre</b>	<b>ENTRAINEMENT</b>
<b>Mercredi 14 spetembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Jeudi 15 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Vendredi 16 septembre</b>	<b>REPOS</b>
<b>Samedi 17 septembre</b>	<b>REPRISE CHAMPIONNAT</b>
<b>Dimanche 18 septembre</b>	<b>REPOS</b>

**Bonnes vacances à tous et surtout ne restez pas trop inactifs.  
Ah oui j'oubliais, prévoyez les baskets.**