

Planning prévisionnel d'Août et Septembre 2015

U15 - U16 - U17 - U18

mardi 4 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
vendredi 7 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
dimanche 9 août 2015	Repos
mardi 11 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
vendredi 14 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
dimanche 16 août 2015	Sortie VTT le matin (Rendez-vous à 9h au stade)
mardi 18 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
Jeudi 20 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
Samedi 22 août 2015	Match amical à 15 H contre U15 PH Nord Est Manceau pour les U16 - (Rendez-vous à 14h au stade)
Lundi 24 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
Mercredi 26 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
Vendredi 28 août 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
samedi 29 août 2015	Canoë le matin (Rendez-vous à 9h au stade)
Match amical en attente pour les U16	
Match à 15H à Beaumont pour les U18 (Rendez-vous à 13h45 au stade)	
mardi 1 septembre 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
vendredi 4 septembre 2015	Entraînement (prévoir les baskets)
Samedi 5 septembre 2015	Match amical à 15 H contre U15 Pays de Juhel US pour les U16 - (Rendez-vous à 14h au stade)

Ensuite les entraînements auront lieu le vendredi sauf pendant les vacances scolaires ou il y'aura deux entraînements par semaine le mardi ou mercredi (à définir) et le vendredi.

Les entraînements débutent à 19h15 - 19h15 sur le terrain ! - (Rendez-vous à 19h au stade)

A partir de la rentrée de septembre les entraînements seront retardés de 30 ou 45 minutes.

Bien évidemment, il est nécessaire de vous préparer un minimum de votre côté à partir de Août pour les absents en faisant 2 à 3 footing par semaine de 20 à 30 minutes afin d'éviter bien des mésaventures en début de saison comme des blessures par exemple et surtout cela nous donnera toutes les chances d'être prêt pour les premières échéances donc de bien démarrer la saison.

Je compte sur vous Gilles, Laurent et David