

Reprise collective

3/8 seance

5/8 seance

7/8 seance

10/8 seance

12/8 match de prépa contre St Vigor (DHR)

14/8 seance

15/8 tournoi à 11 à Verson (PH DHR)

16/8 match de prépa groupe B contre Bret/l'org

17/8 seance

19/8 seance

22/8 match de prépa groupe B contre Argences

23/8 Coupe de France

24/8 seance

26/8 match de prépa contre Ouistreham pour le groupe A

match de prépa pour l'autre groupe contre la Butte

28/8 seance

30/8 Coupe de France ou match de prépa

Oppo B/C

Durant toute cette période, vous devrez avoir avec vous basket, chaussures de foot et bouteille d'eau.

Il vous est fortement conseillé d'arriver le 3/8 avec plusieurs footings dans les jambes. Merci de vous prendre en main dès mi-juillet avec 3 footings par semaine d'au moins 30 minutes.

Début de séances à 19h15.

Merci de prévenir de vos absences rapidement.