



PROGRAMME DE REPRISE U14- U15 ET U17 SAISON 2018-2019

La reprise aura lieu le **vendredi 24 Août.**

Profitez pendant vos vacances d'exercer d'autres sports tel que les jeux de plage , les sports aquatiques (natation, canoë ,paddle etc...)et avec vos parents , amis , cousins allez faire des footings ou du vélo et agrémentez ça de séries d'abdos et de gainage (grand droit , oblique et dos).

Notre objectif est de vous faire progresser. Votre présence dès le début de la reprise des entrainements vous aidera dans cette progression.

Les entrainements auront lieu au

stade paul ricard de noyal-sur-vilaine,

vous devrez être **sur le terrain à l'heure indiquée dans le tableau et munis de vos tennis et chaussures de football.**

A vous de jouer maintenant et de suivre au maximum ce programme :

DATES	Catégorie U14- U15	Catégorie U17
VENDREDI 24/08	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 15h30 à 17h00
LUNDI 27/08	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 15h30 à 17h00
MARDI 28/08	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 15h30 à 17h00
MERCREDI 29/08	Match de préparation contre chateaugiron (u15) et opposition interne (u14)	
JEUDI 30/08	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 15h30 à 17h00
VENDREDI 31/08	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 15h30 à 17h00
SAMEDI 1^{ER}/09	Match de préparation contre la Vaunoise (u15) et cpb Gayeulles (u14)	Match de préparation contre Vern
MERCREDI 5/09	Entrainement de 17h00 à 19h00	Entrainement de 18h à 19h30 (Acigné)
VENDREDI 7/09	Entrainement de 18h00 à 19h00	Entrainement de 19h00 à 20h00
SAMEDI 8/09	Match de préparation contre Eskouaden brocéliande (2 matchs en u15) et Betton (2 matchs en u14)	Match de préparation contre Eskouaden Brocéliande et Domloup