



# PROGRAMME DE REPRISE U13 ET U15 F

## SAISON 2019-2020



La reprise aura lieu le **Lundi 26 Août 2019**.

profitez de vos vacances pour exercer d'autres sports tels que les jeux de plage , les sports aquatiques ( natation, canoë ,paddle, etc... ).

Agrémentez votre mois d'aout, avec parents, cousins, amis, de petits footings.  
Un peu de gainage pour les U13 2èmes années et U15 F n'est pas à proscrire.

Notre objectif est de vous faire progresser . Votre présence dès le début de la reprise des entrainements vous y aidera rapidement.

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 munis de vos tennis et chaussures de football.**

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

DATES	Catégorie U 13 (2007 – 2008)	Catégorie U13 F U15 F (2005 – 2008)
<b>LUNDI 26/08</b>	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 14h00 à 15h30
<b>MARDI 27/08</b>	<b>Uniquement 2007</b> : Entrainement 14h00 à 16h00 avec les U14	
<b>MERCREDI 28/08</b>	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 14h00 à 15h30
<b>JEUDI 29/08</b>	<b>Uniquement 2007</b> : Entrainement 14h00 à 16h00 avec les U14	
<b>VENDREDI 30/08</b>	Entrainement de 14h00 à 15h30	Entrainement de 14h00 à 15h30
<b>MERCREDI 04/09</b>	Entrainement de 15h15 à 17H00	Entrainement de 15h15 à 17H00
<b>VENDREDI 06/09</b>	Entrainement de 18h00 à 19h00	Entrainement de 18h00 à 19h00
<b>SAMEDI 07/09</b>	- 1 équipe U13 tournoi Kiethon (Servon) - 3 équipes U13 Oppositions internes ( ½ journée formation interne des encadrents Equipes)	<b>Match de préparation ? Ou Opposition interne ( ½ journée formation des encadrents Equipes)</b>
<b>MERCREDI 11/09</b>	Entrainement de 15h15 à 17H00	Entrainement de 15h15 à 17H00
<b>VENDREDI 13/09</b>	Entrainement de 18h00 à 19h00	Entrainement de 18h00 à 19h00
<b>SAMEDI 14/09</b>	<b>1eres rencontres Brassage</b>	<b>Rentrée foot à ?</b>

BONNES VACANCES A TOUS

Eric Mattera 06 60 15 22 05