



## PLANIFICATION DE DEBUT DE SAISON 2020 - 2021 / CATEGORIE : U12

lundi 17 août	mardi 18 août	mercredi 19 août	jeudi 20 août	vendredi 21 août	samedi 22 août	dimanche 23 août
<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 20 Pfort ; 20 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	Entraînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 20 Pfort ; 20 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	Entraînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 20 Pfort ; 20 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 20 Pfort ; 20 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	<b>Repos</b>
lundi 24 août	mardi 25 août	mercredi 26 août	jeudi 27 août	vendredi 28 août	samedi 29 août	dimanche 30 août
<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 20 Pfort ; 20 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	Entraînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 20 Pfort ; 20 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	Entraînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 20 Pfort ; 20 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	<b>Matchs amical contre Chateaugiron (équipe A)</b> <b>Match amicaux à définir (équipe B voire C)</b>	<b>Repos</b>
lundi 31 août	Mardi 1er septembre	mercredi 2 septembre	jeudi 3 septembre	vendredi 4 septembre	samedi 5 septembre	Dimanche 6 Septembre
<b>Jonglerie en autonomie + Conduite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 30 Pfort ; 30 Pfaible ; 15 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	<b>Repos</b>	Entraînement de <b>13H30 – 14H45</b>	Entraînement de <b>17H15 - 18H30</b>	<b>Repos</b>	<b>Matchs Amicaux contre St Briec (équipe A)</b> <b>Tournoi de Chartres (équipe B)</b> <b>Tournoi de St Gilles (équipe C)</b>	<b>Repos</b>
lundi 7 septembre	mardi 8 septembre	mercredi 9 septembre	jeudi 10 septembre	vendredi 11 septembre	samedi 12 septembre	dimanche 13 septembre
<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	Entraînement de <b>13H30 – 14H45</b>	Entraînement de <b>17H15 - 18H30</b>	<b>Repos</b>	<b>Matchs amicaux contre Bréquigny (équipe A et B)</b> <b>Match amical contre Chartres (équipe C)</b>	<b>Repos</b>
lundi 14 septembre	mardi 15 septembre	mercredi 16 septembre	jeudi 17 septembre	vendredi 18 septembre	samedi 19 septembre	dimanche 20 septembre
<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	Entraînement de <b>13H30 – 14H45</b>	Entraînement de <b>17H15 - 18H30</b>	<b>Repos</b>	<b>Matchs amicaux contre la TA (équipes A et B)</b> <b>Match amical à définir (équipe C)</b>	<b>Repos</b>