PLANIFICATION DE DEBUT DE SAISON 2018 - 2019 / CATEGORIE : U18/U19

Voici présenté ci-dessous le programme de reprise. Tu voudras bien te munir de chaussures de training et de ton équipement de footballeur. Durant l'été, nous te conseillons de maintenir pour partie ta condition physique en variant les activités sportives (natation, vélo, marche, tennis … et en pratiquant le footing (à 140 /150 puls/min, au moins 6 fois avant le 1er entraînement).			Jeudi 02 Août	Vendredi 03 Août	Samedi 11 Août	Dimanche 12 Août
			Reprise Entraînement avec les Seniors (19H-21H)	**Reprise Entraînement avec les Seniors (19H-21H)**		
Lundi 06 Août	Mardi 07 Août	Mercredi 08 Août	Jeudi 09 Août	Vendredi 10 Août	Samedi 11 Août	Dimanche 12 Août
	Reprise Entraînement avec les Seniors (19H-21H)		**Reprise Entraînement avec les Seniors (19H-21H)**			
Lundi 13 Août	Mardi 14 Août	Mercredi 15 Août	Jeudi 16 Août	Vendredi 17 Août	Samedi 18 Août	Dimanche 19 Août
		FERIE	**Reprise Entraînement avec les Seniors (19H-21H)**	**Reprise Entraînement avec les Seniors (19H-21H)**		
Lundi 20 Août	Mardi 21 Août	Mercredi 22 Août	Jeudi 23 Août	Vendredi 24 Août	Samedi 25 Août	Dimanche 26 Août
Entraînement U19 de 19H30 - 21H		**Entraînement avec les Seniors de 19H30 - 21H**		**Entraînement avec les Seniors de 19H30 - 21H**		
Lundi 27 Août	Mardi 28 Août	Mercredi 29 Août	Jeudi 30 Août	Vendredi 31 Août	Samedi 1er Septembre	Dimanche 2 Septembre
Entraînement U19 de 19H30 - 21H		**Matchs Amical** contre **Bruz** (à définir)		**Entraînement avec les Seniors de 19H30 - 21H**	**Matchs Amical** contre **Guichen** (à définir)	
Lundi 3 Septembre	Mardi 4 Septembre	Mercredi 5 Septembre	Jeudi 6 Septembre	Vendredi 7 Septembre	Samedi 08 Septembre	Dimanche 09 Septembre
Entraînement U19 de 19H30 - 21H		**Entraînement avec les Seniors de 19H30 - 21H**		**Entraînement avec les Seniors de 19H30 - 21H**	**Matchs Amicaux** contre **La Chapelle des FGTZ** (à définir)	
Lundi 10 Septembre	Mardi 11 Septembre	Mercredi 12 Septembre	Jeudi 13 Septembre	Vendredi 14 Septembre	Samedi 15 Septembre	Dimanche 16 Septembre
Entraînement U19 de 19H30 - 21H		**Entraînement avec les Seniors de 19H30 - 21H**		**Entraînement avec les Seniors de 19H30 - 21H**	**1ère Journée de Brassage U18/U19 Région + Départemental**	