



## PLANIFICATION DE DEBUT DE SAISON 2021 – 2022 / CATEGORIE : U10

lundi 16 août	mardi 17 août	mercredi 18 août	jeudi 19 août	vendredi 20 août	samedi 21 août	dimanche 22 août
<b>Jonglerie en autonomie + suite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 15 Pfort ; 15 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	<b>Jonglerie en autonomie + suite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 15 Pfort ; 15 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	aînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Jonglerie en autonomie + suite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 15 Pfort ; 15 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	aînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Jonglerie en autonomie + suite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 15 Pfort ; 15 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	<b>Repos</b>
lundi 23 août	mardi 24 août	mercredi 25 août	jeudi 26 août	vendredi 27 août	samedi 28 août	dimanche 29 août
<b>Jonglerie en autonomie + suite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 15 Pfort ; 15 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	<b>Jonglerie en autonomie + suite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 15 Pfort ; 15 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	aînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Jonglerie en autonomie + suite de balle (CDB)</b> <i>Objectifs</i> : 15 Pfort ; 15 Pfaible ; 10 Têtes + CDB Pied Droit et Pied Gauche	aînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Matches Amicaux à définir (3-4 équipes)</b>	<b>Repos</b>
lundi 30 août	mardi 31 août	mercredi 1 septembre	jeudi 02 septembre	vendredi 3 septembre	samedi 04 septembre	dimanche 5 septembre
<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	aînement de <b>10H - 11H30</b>	<b>Repos</b>	aînement de <b>17H15 - 18H30</b>	<b>Matches Amicaux contre Bréal (3 équipes) Tournoi de St-Gilles (1 équipe)</b>	<b>Repos</b>
lundi 6 septembre	mardi 7 septembre	mercredi 8 septembre	jeudi 9 septembre	vendredi 10 septembre	samedi 11 septembre	dimanche 12 septembre
aînement de <b>17H30 - 18H45</b>	<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	aînement de <b>17H15 - 18H30</b>	<b>Matches Amicaux à définir (5 équipes)</b>	<b>Repos</b>
lundi 13 septembre	mardi 14 septembre	mercredi 15 septembre	jeudi 16 septembre	vendredi 17 septembre	samedi 18 septembre	dimanche 19 septembre
aînement de <b>17H30 - 18H45</b>	<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	aînement de <b>17H15 - 18H30</b>	<b>Matches Amicaux contre Chartres (3 équipes) Matches amicaux à définir (2 équipes)</b>	<b>Repos</b>