



PLANIFICATION DE DEBUT DE SAISON 2021 – 2022 / CATEGORIE : U13

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