



Programme de reprise de la catégorie U17 - Saison 2023/2024

	Semaine 32	Semaine 33	Semaine 34	Semaine 35	Semaine 36
Lundi	07-août Repos	14-août Repos	21-août Entraînement 17h30-19h00	28-août Entraînement 17h30-19h00	04-sept Entraînement 18h30-20h00
Mardi	08-août Repos	15-août Repos	22-août Entraînement 17h30-19h00	29-août Entraînement 17h30-19h00	05-sept Repos
Mercredi	09-août Repos	16-août Entraînement 17h30-19h00	23-août Matchs de préparation A : Coataudon B : Repos	30-août Entraînement 17h30-19h00	06-sept Entraînement 18h00-19h30
Jeudi	10-août Repos	17-août Entraînement 17h30-19h00	24-août Entraînement 17h30-19h00	31-août Entraînement 17h30-19h00	07-sept Entraînement 18h30-20h00 à Trevisquin
Vendredi	11-août Repos	18-août Journée Cohésion 11h00-16h00	25-août Repos	01-sept Repos	08-sept Repos
Samedi	12-août Repos	19-août Repos	26-août Matchs de préparation A : Plabennec B : Landivisiau	02-sept Matchs de préparation A : Concarneau B : La Cavale	09-sept Matchs de préparation A : SB29 U16 B : Guilers
Dimanche	13-août Repos	20-août Repos	27-août Repos	03-sept Repos	10-sept Repos

NB : 1 - En cas d'absence (vacances, blessures...), merci de prévenir rapidement Romain LE BOULCH au 06 31 10 36 12

2 - Prévoir pour chaque entraînement, vos chaussures de football ainsi qu'une bonne paire de running et une gourde.

3 - Respecter au mieux le programme de préparation physique d'avant saison. Cela permettra d'éviter les blessures.

Bonnes vacances à tous