



## Programme de reprise de la catégorie U16/U17 B - Saison 2024/2025

	Semaine 32	Semaine 33	Semaine 34	Semaine 35	Semaine 36
Lundi	12-août Repos	19-août Entraînement Horaire à définir	26-août Entraînement Horaire à définir	02-sept Entraînement Horaire à définir	09-sept Entraînement Horaire à définir
Mardi	13-août Repos	20-août Repos	27-août Repos	03-sept Repos	10-sept Repos
Mercredi	14-août Repos	21-août Repos	28-août Repos	04-sept Repos	11-sept Repos
Jeudi	15-août Repos	22-août Entraînement Horaire à définir	29-août Entraînement Horaire à définir	05-sept Entraînement Horaire à définir	12-sept Entraînement Horaire à définir
Vendredi	16-août Journée cohésion U16 de 11h-16h30	23-août Repos	30-août Repos	06-sept Repos	13-sept Repos
Samedi	17-août Repos	24-août Matches de préparation U16 U17 B : Plouvien	31-août Matches de préparation U16 U17 B : Milizac	07-sept Matches de préparation U16 U17 B : Plougonvelin	14-sept Matches de préparation U16 U17 B : Plouguerneau
Dimanche	18-août Repos	25-août Repos	01-sept Repos	08-sept Repos	15-sept Repos

- NB : 1 - En cas d'absence (vacances, blessures...), merci de prévenir rapidement Romain LE BOULC'H 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