



Programme de reprise de la catégorie U17 - Saison 2024/2025

	Semaine 32	Semaine 33	Semaine 34	Semaine 35	Semaine 36
Lundi	05-août Repos	12-août Entraînement 17h30-19h00	19-août Entraînement 17h30-19h00	26-août Entraînement 17h30-19h00	02-sept Entraînement 18h45-20h00
Mardi	06-août Repos	13-août Entraînement 17h30-19h00	20-août Entraînement 17h30-19h00	27-août Entraînement 17h30-19h00	03-sept Repos
Mercredi	07-août Repos	14-août Entraînement 17h30-19h00	21-août Matchs de préparation Ergué-Gaberic (U18) - EXT	28-août Entraînement 17h30-19h00	04-sept Entraînement 18h45-20h00
Jeudi	08-août Repos	15-août Repos	22-août Entraînement 17h30-19h00	29-août Entraînement 17h30-19h00	05-sept Entraînement 18h45-20h00
Vendredi	09-août Repos	16-août Entraînement 17h30-19h00	23-août Repos	30-août Repos	06-sept Repos
Samedi	10-août Repos	17-août Matchs de préparation Concarneau	24-août Matchs de préparation A : Coataudon B : Plouvien	31-août Matchs de préparation A : AS Brest B : Milizac	07-sept Matchs de préparation A : Plabennec B : A définir
Dimanche	11-août Repos	18-août Repos	25-août Repos	01-sept Repos	08-sept Repos

NB : 1 - En cas d'absence (vacances, blessures...), merci de prévenir rapidement Guillaume RICHARD au 06 21 08 28 26

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