



PLANIFICATION REPRISE U12-U13 / Saison 2022-2023

PREVOIR LES CHAUSSURES DE FOOTING A CHAQUE SEANCE
PREVOIR UNE GOURDE OU BOUTEILLE D'EAU INDIVIDUELLE



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
01-août	02-août	03-août	04-août	05-août	06-août	07-août
REPOS. LA PRATIQUE D'AUTRES SPORTS EST FORTEMENT CONSEILLE JUSQU'ICI POUR GARDER DE LA TONICITE DANS VOS MUSCLES (VELO, MARCHE A PIED, NATATION, SURF, KAYAK, ETC...)						
08-août	09-août	10-août	11-août	12-août	13-août	14-août
REPOS. LA PRATIQUE D'AUTRES SPORTS EST FORTEMENT CONSEILLE JUSQU'ICI POUR GARDER DE LA TONICITE DANS VOS MUSCLES (VELO, MARCHE A PIED, NATATION, SURF, KAYAK, ETC...)						
15-août	16-août	17-août	18-août	19-août	20-août	21-août
REPOS. LA PRATIQUE D'AUTRES SPORTS EST FORTEMENT CONSEILLE JUSQU'ICI POUR GARDER DE LA TONICITE DANS VOS MUSCLES (VELO, MARCHE A PIED, NATATION, SURF, KAYAK, ETC...)						
22-août	23-août	24-août	25-août	26-août	27-août	28-août
Lieu : Irvillac			Lieu : A DEFINIR	Lieu : A DEFINIR		
Séance collective 1 (18h00-19h30)	Repos	Repos	STAGE J1 / Séance collective 1	STAGE J2 / Séance collective 2	Repos	Repos
29-août	30-août	31-août				
Lieu : Irvillac		Lieu : Irvillac				
Séance collective 4 (15h30-17h00)	Repos	Séance collective 5 (15h30-17h00)				



PLANIFICATION REPRISE U12-U13 / Saison 2022-2023

PREVOIR LES CHAUSSURES DE FOOTING A CHAQUE SEANCE
PREVOIR UNE GOURDE OU BOUTEILLE D'EAU INDIVIDUELLE
PAS DE DOUCHE, NI VESTIAIRES DISPONIBLES



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			01-sept	02-sept	03-sept	04-sept
			Repos	Repos	Lieu : ???	Repos
					MATCH DE PREPARATION vs FC PLOUNEVENTER PLOUEDERN	
05-sept	06-sept	07-sept	08-sept	09-sept	10-sept	11-sept
Lieu : Irvillac		Lieu : Irvillac			Lieu : ???	
Séance collective 6 (18h30-19h45)	Repos	Séance collective 7 (16h00-17h30)	Repos	Repos	U12 : QUALIF/CHALLENGE DU PRINTEMPS	Repos
12-sept	13-sept	14-sept	15-sept	16-sept	17-sept	18-sept
Lieu : Irvillac		Lieu : Irvillac			Lieu : ???	
Séance collective 8 (15h30-17h00)	Repos	Séance collective 9 (16h00-17h30)	Repos	Repos	BRASSAGE J1	Repos
19-sept	20-sept	21-sept	22-sept	23-sept	24-sept	25-sept
Lieu : Irvillac		Lieu : Irvillac			Lieu : ???	
Séance collective 10 (15h30-17h00)	Repos	Séance collective 11 (16h00-17h30)	Repos	Repos	J2 BRASSAGE	Repos
26-sept	27-sept	28-sept	29-sept	30-sept		
Lieu : Irvillac		Lieu : Irvillac				
Séance collective 12 (15h30-17h00)	Repos	Séance collective 13 (16h00-17h30)	Repos	Repos		