



Planning pour les 4 premières semaines

U19 LCA FOOT 38

1- Pour que tu puisses t'organiser, voilà ce qui est au programme pour la reprise

1 è r e	s e m a i n e	{	<u>Lundi 21 août</u> :	Entraînement à colombe	de 19h00 à 20h30
			<u>Mercredi 23 août</u> :	Entraînement à colombe	de 18h30 à 20h30
			<u>Vendredi 25 août</u> :	Entraînement à colombe	de 19h30 à 21h00
			<u>Samedi 26 août</u> :	amical à apprieu à 11h00	face à ruy montceau



2 è m e	s e m a i n e	{	<u>Lundi 28 août</u> :	Entraînement à colombe	de 19h00 à 20h30
			<u>Mercredi 30 août</u> :	Entraînement à colombe	de 18h30 à 20h30
			<u>Vendredi 01 septembre</u> :	Entraînement à colombe	de 19h30 à 21h00
			<u>Samedi 02 septembre</u> :	Match amical à apprieu à 16h00	face à bourgoin 2



3 è m e	s e m a i n e	{	<u>Lundi 04 septembre</u> :	Entraînement à colombe	de 19h00 à 20h30
			<u>Mercredi 06 septembre</u> :	Entraînement à colombe	de 18h30 à 20h30
			<u>Vendredi 08 septembre</u>	Entraînement à colombe	de 19h30 à 21h00
			Plus réunion début de saison après l'entrainement		
			<u>Samedi 09 septembre</u> :	Journée cohésion de groupe : foot golf à UPIE Valsoyo 10h30	
			<u>Dimanche 10 septembre</u> :	1 ^{er} tour Gambardella : EXEMPT	



4 è m e	s e m a i n e	{	<u>Mercredi 13 septembre</u> :	Entraînement à colombe	de 18h30 à 20h30
			<u>Vendredi 15 septembre</u> :	Entraînement à colombe	de 19h30 à 21h00
			<u>Samedi 16 septembre</u> :	Amical ?	



Prendre une bouteille d'eau pour chaque entrainement et une paire de basket pour les 2 premières semaines

