

		Préparation physique 2018	
		REPOS	29 juin au 13 juillet
		Préparation individuelle	14 juillet au 29 juillet
	Date	Thème	
	31-juil	entraînement	1
	01-août	entraînement	2
	02-août	match amical	u19 NAT asmb
	03-août	entraînement	3
	04-août	entraînement	4
	05-août	repos	
	06-août	repos	
	07-août	repos	
	08-août	entraînement	5
	09-août	match amical	audincourt lr2
	10-août	repos	
	11-août	entraînement	6
	12-août	match amical	mezire lr3
	13-août	repos	
	14-août	entraînement	7
	15-août	match amical	XX
	15-août	match amical	XX
	16-août	repos	
	17-août	entraînement	8
	18-août	repos	
	19-août	match amical	valdoie
	20-août	repos	
	20-août	match amical	???
	21-août	repos	
	22-août	match amical	asnt

	23-août	entraînement	9
	24-août	match amical	us sochaux
	25-août	entraînement	10
	26-août	match amical	???
	27-août	repos	
	27-août	match amical	???
	28-août	repos	
	29-août	match amical	U19 HONNEUR
	30-août	repos	
	30-août	match amical	???

	31-août	entraînement	11
	01-sept	entraînement	12
	02-sept	MATCH CHAMPIONNAT	
	03-sept	repos	
	04-sept	repos	
	05-sept	entraînement	13
	06-sept	repos	
	07-sept	entraînement	14
	08-sept	entraînement	15
	09-sept	MATCH CHAMPIONNAT	
	10-sept	repos	
	11-sept	entraînement	16
	12-sept	repos	
	13-sept	entraînement	17
	14-sept	repos	
	15-sept	MATCH CHAMPIONNAT	

lieu	heure	equipe	
lepuix	19h30		
lepuix	19h30		
giro	20h00	A/B	
lepuix	19h30		
lepuix	19h30		
lepuix	19h30		
audincourt	19h30	A/B	
lepuix	19h30		
mezire	19h00	A1/A2	
lepuix	19h30		
melisey	10h00	A1	
melisey	14h00	A2	
lepuix	19h30		
giro OU valdoie	20h00	A	
		A	
		B/C	
giro	20h00	A	

lepuix	19h30		
sochaux	19h00	A	
lepuix	19h30		
OU COUPE	DE France	A	
		A	
		B/C	
GIRO	20h00	A	
		A	
		B/C	

giro	19h30		
giro	19h30		
giro	19h30		
giro	19h30		
giro	19h30		
giro	19h30		
giro	19h30		