

# Programme de reprise

Voici le programme de reprise pour les groupes seniors et 18 ans.

Il est souhaitable que chacun puisse se préparer individuellement avec quelques footings avant le 10 AOUT.

Ceci nous permettra de reprendre les entrainements avec un maximum de travail terrain.

Pensez d'ici là, à valider votre licence grâce au lien reçu il y a quelques jours.

## SEMAINE 32 :

- **Vendredi 10 :** **Reprise des entrainements**  
Présentation des objectifs  
Barbecue

## SEMAINE 33 :

- Lundi 13 : Entraînement
- Mercredi 15 : Entraînement
- Vendredi 17 : Entraînement
- Samedi 18 : Match amical BOIVRE (D2) à THENEZAY groupe élargi

## SEMAINE 34 :

- Lundi 20 : Entraînement
- Mardi 21 : Match amical VOUILLE (D2) à VOUILLE (86) groupe première
- Mercredi 22 : Entraînement
- Vendredi 24 : Entraînement
- Samedi 25 : Match amical groupe 18 ans
- **Dimanche 26 :** **COUPE de France**

## SEMAINE 35 :

- Lundi 27 : Entraînement
- Mercredi 29 : Match amical MIREBEAU (D3) à THENEZAY + Entraînement
- Vendredi 31 : Entraînement
- Samedi 1<sup>er</sup> : Match amical groupe réserve
- Dimanche 02 : 2<sup>e</sup> tour Coupe de France

## SEMAINE 36 :

- Lundi 03 : Entraînement
- Mercredi 05 : Entraînement
- Vendredi 07 : Entraînement
- **Dimanche 09 :** **Reprise du championnat**

## SEMAINE 37 :

- Lundi 10: Entraînement
- Mercredi 12 : Match amical groupe première US VASLES (D1) à THENEZAY
- Vendredi 14 : Entraînement
- Dimanche 16 : Coupe

Les entrainements auront lieu à THENEZAY à 19h30 précises.

Merci à chacun de prévoir une gourde pour chaque séance.