**PROGRAMME SENIORS AOÛT – SEPTEMBRE 2016**

Les horaires d’entrainements affiché : SUR LE TERRAIN (A vous de vous organisez pour être prêt à l’heure !!)

Pour les matchs Amicaux les horaires sont susceptibles d’être modifié.

Un préparateur physique sera là un mois pour les entrainements.

Prévoir une paire de tennis + 1 gourde pour tous les entrainements.

Merci de me communiquer AU PLUS VITE vos dates de vacances et/ou vos absences sur les dates communiquées ci-dessous 06.79.10.94.37 (texto si possible) ou mail : coachpleslintrigavou@gmail.com

Lundi 1 Août 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Mercredi 3 Août 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Samedi 6 Août 10h/12h : Entrainement (Trigavou)

12h/14h : Repas

15h/17h : Match Amical contre Parigné-Landéan (D1) (Equipes A ET B)

Lundi 8 Août 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Mercredi 10 Août 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Vendredi 12 Août 19h45/21h45 : Match Amical contre Pleurtuit (Equipes A ET B)

Lundi 15 Août : A définir Entrainement ou Stage

Mercredi 17 Août 19h15/20h45 : Match Amical contre Dinard (Groupe élargi 16 joueurs)

Vendredi 19 Août : 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Dimanche 21 Août : Coupe de France (premier Tour) (Equipes A)

Lundi 22 Août 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou) Joueur n’ayant pas joué le dimanche

19H15/20H15 : Décrassage groupe de Coupe de France et Debrief du match

Mercredi 24 Août 19h15/20h45 : Match Amical contre le Val (Groupe élargi 16 joueurs)

Vendredi 26 Août : 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou) (NICO ABSENT)

Samedi 27 Août : 19h15/20h45 : Match Amical EQUIPE B contre Dinard.

Dimanche 28 Août : Coupe de France (deuxième tour) (Equipe A)

Lundi 29 Août 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou) Joueur n’ayant pas joué le dimanche

19H15/20H15 : Décrassage groupe de Coupe de France et Debrief du match

Mercredi 31 Août 19h15/20h45 : Match Amical contre St Jouan des guérêts (Groupe élargi 16 joueurs)

Vendredi 2 septembre : 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Dimanche 4 septembre : Championnat (Equipe A, B, et C)

Lundi 5 septembre 19H15/20H15 : Décrassage groupe A + debrief (et B ceux qui le souhaitent)

Mercredi 7 septembre : Match Amical contre …………………. (Groupe élargi 16 joueurs)

Vendredi 9 septembre : 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Dimanche 11 septembre : Coupe de France (3ème Tour)

Lundi 12 septembre 19H15/20H15 : Décrassage groupe A + debrief (et B ceux qui le souhaitent)

Mercredi 14 septembre : Match Amical contre …………………. (Groupe élargi 16 joueurs)

Vendredi 16 septembre : 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Dimanche 18 septembre : Championnat (Equipe A, B, et C)

Lundi 19 septembre 19H15/20H15 : Décrassage groupe A + debrief (et B ceux qui le souhaitent)

Mercredi 21 septembre : Match Amical contre …………………. (Groupe élargi 16 joueurs)

Vendredi 23 septembre : 19h15/20h45 : Entrainement (Trigavou)

Dimanche 25 septembre : Coupe de France (4ème tour)

A partir du mardi 27 septembre : Entrainements le mercredi et vendredi UNIQUEMENT 19h15 sur le terrain.