

## **Programme de reprise des Seniors :**

### **Mois d'Août :**

Jeudi 01 : Entraînement

Vendredi 02 : Entraînement

Lundi 05 : Entraînement

Mardi 06 : Entraînement

Mercredi 07 : Entraînement

Vendredi 09 : Match amical contre Kersec

Lundi 12 : Entraînement

Mardi 13 : Entraînement

Mercredi 14 : Match amical contre Keryado

Vendredi 16 : Match amical contre La Montagne

Lundi 19 : Entraînement

Mardi 20 : Entraînement

Mercredi 21 : match amical contre le FCL au Moustoir

Vendredi 23 : Entraînement

Samedi 24 : Match amical contre Rosporden

- 
- *Prévenir de chaque absence ou retard*
  - *Se munir de l'équipement nécessaire : chaussures à crampons & baskets*
  - *Faire au moins 4 footing d'1/2 heure à 45 mins avant la reprise*
  - *Toutes les séances d'entraînement commencent à 19h précise ; le RDV est fixé à 18h30 au Stade François Michard.*

***Isma Niang***  
***06 52 14 77 19***