

## PLANNING DE PREPARATION SAISON 2010 1011

DATES	PREPARATIONS	HEURES / LIEU
Mercredi 28 juillet 2010	Entrain- prise de contact	Terrain de St Nicolas
Jeudi 29 juillet 2010	repos	
Vendredi 30 juillet 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Samedi 31 juillet 2010	repos	
Dimanche 1 aout 2010	Run and bikes	10h club house/Merguez
Lundi 2 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Mardi 3 aout 2010	repos	
Mercredi 4 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Jeudi 5 aout 2010	repos	
Vendredi 6 aout 2010	Rostrenen/Entrainement	Depl/A définir
Samedi 7 aout 2010	repos	
Dimanche 8 aout 2010	repos	
Lundi 9 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Mardi 10 aout 2010	repos	
Mercredi 11 aout 2010	Coray/Quimper italia	Depl / domicile A définir
Jeudi 12 aout 2010	repos	
Vendredi 13 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Samedi 14 aout 2010	repos	
Dimanche 15 aout 2010	repos	
Lundi 16 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Mardi 17 aout 2010	repos	
Mercredi 18 aout 2010	Plonevez /Entrainement	Depl / Domicile
Jeudi 19 aout 2010	repos	
Vendredi 20 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Samedi 21 aout 2010	US Quimperlé x2	Depl
Dimanche 22 aout 2010	repos	
Lundi 23 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Mardi 24 aout 2010	repos	
Mercredi 25 aout 2010	St Nicolas du pelem x2	A Définir
Jeudi 26 aout 2010	repos	
Vendredi 27 aout 2010	Entrainement	Terrain de St Nicolas
Samedi 28 aout 2010	repos	
Dimanche 29 aout 2010	Match revu d'effectifs	A Définir 15h30
Lundi 30 aout 2010	repos	
Mardi 31 aout 2010	repos	

Prévoir pour toutes les séances une paire de tennis + crampons

Les entrainements démarrent à **19h30** en **tenue impérativement**

**Y.LORANT 06 58 14 24 80**