

JANVIER

planning entrainement



JANVIER		planning entrainement					
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche	
1	2	3	4	5	6	7	
		14H 15H30 entrainement U12. 18H30 20H entrainement U16 U18.		18H30 20H entrainement U16 U18. senior 19H/21H			
	senior 19H/21H				senior 19H/21H		
8	9		10		11	12	13
		14H 17H sélection U14 comité. 14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.	réunion comite responsable EDR a 19H a Rochefort.	18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.	EDR entrainement Tonnay Charente de 10H30 a 12H. U16 U18 déplacement a Saint André de Cubzac.		
	18H30 20H centre élite		18H30 20H centre élite				
	senior 19H/21H		senior 19H/21H				
15	16	17	18	19	20	21	
		14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.		18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. 19H15 a 21H entrainement senior.	EDR entrainement Tonnay Charente de 10H30 a 12H. U12 amical niveau 1 contre Saintes a Saintes. U14 plateau challenge territorial a Villeneuve début 11H. U16 U18 réception de Puilboreau 14H et 15H30.	senior championnat réception de Floirac équipe B 13H30 équipe A 15H00	
	18H30 20H centre élite		18H30 20H centre élite				
	senior 19H/21H		senior 19H/21H				
22	23	24	25	26	27	28	
		14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.		18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.	EDR plateau a Marans debut 14H00. U14 plateau challenge territorial a Rochefort debut 13H30. U16 U18 déplacement a Blaye.	senior championnat déplacement a Bazas équipe B 13H30 équipe A 15H00	
	18H30 20H centre élite		18H30 20H centre élite				
	senior 19H/21H		senior 19H/21H				
29	30	31					
		14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.					
	18H30 20H centre élite						
	senior 19H/21H						