

## PLANNING REPRISE SAISON U15 ESPV 2020-2021

**Lieu des entrainements : Stade du Vaudelnay**

**Reprise de l'entrainement : Lundi 17 Août**

Lundi 17 Août : entrainement 18h30 à 20h

Mercredi 19 Août : entrainement 18h30 à 20h

Vendredi 21 Août : entrainement 19h à 20h

Samedi 22 Août : **match amical à 11h**, lieu saumur contre la Bayard.

Mercredi 26 Août : entrainement 18h30 à 20h

Vendredi 28 Août : entrainement 19h à 20h

Samedi 29 Août : **match amical à 15 h** au Vaudelnay contre Ambillou.

Mercredi 2 Septembre : entrainement 18h30 à 20h

Vendredi 4 Septembre : entrainement 19h à 20h.

**Attention entrainement au stade du Puy car remise label jeunes à partir de 18h30 pour ceux et celles qui veulent y assister...**

Samedi 5 Septembre : **match amical** contre Martigné lieu et heure reste à définir.

**Prévoir baskets et bouteille d'eau individuelle.**

Conseils : 3 séances de footings de 30 min, étirements...durant les 15 jours qui précèdent la reprise de l'entrainement.

Cédric Gobin : 06 78 05 44 01 ou cedric.gobin77@orange.fr