



Semaine 1 (3 séances)

- Lundi 30 juillet, mercredi 1 et vendredi 3 août 19h30 St Peray, commun U19 / séniors

Semaine 2 (3 séances)

- Lundi 6, mercredi 8 et vendredi 10 août : Entraînement 19h30 St Peray

Semaine 3 (3 séances et 1 match)

- Lundi 13 août : Entraînement, entraînement 19h30 St Peray
- Jeudi 16 août : Entraînement 19h30 St Peray
- Vendredi 17 août : Entraînement 19h30 St Peray
- Samedi 18 août : Entraînement 9h30 St Peray puis repas en commun et opposition interne à 14h00 (15h00 match U17 nationaux OL / Istres à La Plaine).

Semaine 4 (3 séances et 1 match)

- Lundi 20 août : Entraînement 19h30 St Peray
- Mercredi 22 août : Match amical
- Vendredi 24 août : Entraînement 19h30 St Peray
- Samedi 25 août : Match amical contre l'US Murette (St Peray)

Semaine 5 (2 séances et 2 matchs)

- Lundi 27, entraînement 19h30 St Peray
- Mercredi 29 août amical à St Peray contre Lyon Croix Rousse (St Peray)
- Vendredi 31 août, 19h30 St Peray.
- Dimanche 2 septembre, tournoi FC Lyon (1 équipe) match amical (1 équipe)

Semaine 6 (2 séances 2 matchs)

- Lundi 3 septembre, entraînement 19h30 à St Peray
- Mercredi 5 septembre : match amical contre US Reventin (lieu à déterminer)
- Vendredi 7 septembre, entraînement 19h30 aux Combes
- Dimanche 9 septembre, 1^{er} tour de Gambardella / match amical équipe 2

Semaine 7 (2 séances 1 match)

- Mercredi 12 septembre : Entraînement aux Combes
- Vendredi 14 septembre : Entraînement aux Combes
- Dimanche 16 septembre : Reprise de championnat pour les deux équipes (Excellence et Promotion d'Excellence).

Des séances supplémentaires seront proposés et programmés en matinée sur les semaines 3, 4,5 chez notre partenaire « La Salle » salle de sport à Guilhastrand Granges.

- Tiens-nous informé de ta date de reprise et de t'es éventuelles absences, merci d'avance.

Bonnes vacances

Vincent De Michelis 06 67 27 63 36 vincentdemichelis@yahoo.fr

Fabien Gâche 06 66 42 94 35 fga26000@yahoo.fr