

2016
aout
lundi

mardi mercredi jeudi vendredi samedi dimanche

1 entraînement 19h15	2 repos	3 entraînement	4 repos	5 entraînement	6	7
8 match contre coetmieux a pledeliac pour la A et la B	9 repos	10 entraînement	11 repos	12 entraînement	13	14
15 repos	16 entraînement	17 match a pledeliac contre maroue A et B	18 repos	19 entraînement	20	21 coupe ou repos
22 entraînement	23 repos	24 match a definir	25 repos	26 entraînement	27	28 coupe ou repos
29	30 entraînement	31	1	2 entraînement	3	4
5	6	7	8	9	10	11

REPOS TOTAL JUSQU'AU 15 JUIN.
REPRISE DE LA COURSE APRES LE 15 (2 FOIS PAR SEMAIN
PREVOIR TENNIS POUR CHAQUE ENTRAINEMENT.