



## ESB - PLANNING INTER-SAISON - Séniors 2018 - 2019



Juillet				Août				Septembre			
Jour	Séniors A	Séniors B	Séniors C	Jour	Séniors A	Séniors B	Séniors C	Jour	Séniors A	Séniors B	Séniors C
D 1				M 1	Repos			S 1			
L 2				J 2	Repos			D 2	COUPE	Match vs Aubigny Grp B	
M 3				V 3	REPRISE DE L'ENTRAINEMENT COLLECTIF			L 3			
M 4				S 4	Repos			M 4	Reprise entrainements jours normaux		
J 5				D 5	Repos			M 5			
V 6	REPRISE PREPARATION INDIVIDUELLE			L 6	Entrainement			J 6			
S 7	Repos			M 7	Repos			V 7	Entrainement		
D 8	Repos			M 8	Entrainement			S 8			
L 9	Prépa. Individuelle			J 9	Repos			D 9	REPRISE DU CHAMPIONNAT		
M 10	Repos			V 10	Entrainement			L 10			
M 11	Prépa. Individuelle			S 11	Repos			M 11	Entrainement		
J 12	Repos			D 12	Match vs La Réorthe			M 12			
V 13	Prépa. Individuelle			L 13	Repos			J 13			
S 14	Férié			M 14	Entrainement			V 14	Entrainement		
D 15	Repos			M 15	Férié			S 15			
L 16	Prépa. Individuelle			J 16	Match vs La Ferrière			D 16	Championnat ou Coupe...		
M 17	Repos			V 17	Entrainement			L 17			
M 18	Prépa. Individuelle			S 18	Repos			M 18	Entrainement		
J 19	Repos			D 19	Match vs ASPTT Grp A    Dompièrre Grp B			M 19			
V 20	Prépa. Individuelle			L 20	Entrainement			J 20			
S 21	Repos			M 21	Repos			V 21	Entrainement		
D 22	Repos			M 22	Match vs Legé Grp A    Beafou Grp B			S 22			
L 23	Prépa. Individuelle			J 23	Repos			D 23	COUPE	coupe B	Match équipe C
M 24	Repos			V 24	Entrainement			L 24			
M 25	Prépa. Individuelle			S 25	Repos			M 25	Entrainement		
J 26	Repos			D 26	CDF	St Gille St Hailre Grp B		M 26			
V 27	Prépa. Individuelle			L 27	Repos			J 27			
S 28	Repos			M 28	Match vs Mouilleron			V 28	Entrainement		
D 29	Repos			M 29	Repos			S 29			
L 30	Prépa. Individuelle FIN			J 30	Repos			D 30	CHAMPIONNAT		
M 31	Repos			V 31	Entrainement			L 1			

