



US NANTIAT
Préparation et reprise

REPRISE DES ENTRAINEMENTS 19h00 en tenue
PREVOIR LES BASKETS
SAISON 2017/2018
SENIORS ET U 19

A partir 15 juillet jusqu'à la reprise : Footing tous les 3 jours 30 à 45 min + abdos et étirements.

JEUDI 3 AOUT : ENTRAINEMENT

LUNDI 7 AOUT : ENTRAINEMENT

MERCREDI 9 AOUT : ENTRAINEMENT

VENDREDI 11 AOUT : ENTRAINEMENT

SAMEDI 12 TOURNOI A SAINT MAURICE DE LA SOUTERRAINE

Avec 4 équipes de 1 ère div Creuse/Haute-Vienne/Corrèze/et Indre

MERCREDI 16 AOUT : ENTRAINEMENT

VENDREDI 18 AOUT : MATCH AMICAL CONTRE SAINT VICTURNIEN ET REPRISE ENTRAINEMENT POUR LE GROUPE 3 ET 4

LUNDI 21 AOUT ENTRAINEMENT

MERCREDI 23 AOUT MATCH AMICAL CONTRE USECC (PL)

VENDREDI 25 AOUT ENTRAINEMENT

WEEK-END DU 26/27 AOUT 1 ER TOUR COUPE DE FRANCE

LUNDI 28 AOUT : ENTRAINEMENT

MERCREDI 30 AOUT: MATCH AMICAL EQUIPE 1 CONTRE ST BRICE (PL)

VENDREDI 1 SEPTEMBRE : ENTRAINEMENT

WEEK-END 2/3 SEPTEMBRE 2 EME TOUR COUPE DE FRANCE OU MATCH AMICAL

MATCH AMICAL POUR LA RESERVE 1 CONTRE FEYTIAT 3 (2^{ème} div)

MATCH AMICAL POUR LA RESERVE2/3 à Saint Sornin Le Lac (4ème div)

LUNDI 4 SEPTEMBRE : ENTRAINEMENT

MARDI 5 SEPTEMBRE : **MATCH AMICAL POUR LA RESERVE 1 CONTRE SOLIGNAC (2^{ème} div)**

MERCREDI 6 SEPTEMBRE : ENTRAINEMENT

VENDREDI 8 SEPTEMBRE : ENTRAINEMENT

9/10 SEPTEMBRE MATCH AMICAL POUR LES EQUIPES 3 4 ADVERSAIRE A DETERMINER.

MATCH AMICAL POUR LA RESERVE 1 CONTRE VERNEUIL 2 (2ème div)

ATTENTION : REPRISE DU CHAMPIONNAT LE WEEK-END DU 16 ET 17 SEPTEMBRE

BONNES VACANCES A VOUS ET VOTRE FAMILLE

NOS COORDONNEES LAURENT 06 83 57 93 36 mail : virhelau@orange.fr et HERVE L

HERVE J 06 49 75 37 85 GILLES 06 04 43 72 81

PIERRE 06 40 89 05 77 SYLVAIN 06 95 57 92 61 et CHRISTOPHE groupe ¾

MANU ET GERARD

