



PROGRAMME DE REPRISE



Avant de prendre connaissance du programme, je vous souhaite à tous de bonnes fêtes de fin d'année. Nous sommes à la mi saison et à l'heure du premier bilan personnel et collectif.

Après 5 mois de compétition, il faut penser à ressourcer le corps et l'esprit. Je compte sur vous pour prendre du temps avec vos familles, ami(e)s, enfants, etc... Un joueur reste un Homme et le football un plaisir et un loisir.

- *Prévoir des vêtements intérieurs / Extérieurs*
- *Chaussures pour la Salle, le Synthétique et Running (Chemin & Route)*

Entraînements sur Décembre (Seniors / U19 / U17 deuxième année)

Jeudi 27 Décembre début 19h30

Vendredi 28 Décembre début 19h30

Entraînements sur Janvier 2019 (Seniors / U19)

Vendredi 4 janvier début 19h30

Match Samedi 5 Janvier à 18h C/ LES JEUNES D'ERBRAY (1D) Convocation Seniors A groupe élargi

Lundi 7 Janvier début 19h30

Match mardi 8 janvier à Retiers à 20h contre US POUANCE R3 Convocation Seniors A groupe élargi

Mercredi 9 Janvier début 19h30

Vendredi 11 janvier début 19h30

Samedi 12 janvier « JOUR DE MATCH »

Match à Retiers à 15h contre LE PERTRE / BRIELLES (1D) Convocation Seniors B groupe élargi

Match à Retiers à 17h contre FC GUICHEN (R2) Seniors A

Mardi 15 Janvier début 19h30

Mercredi 16 janvier début 19h30

Vendredi 18 janvier début 19h30

Samedi 19 Janvier - Match à Retiers

U19 ASRC Contre la TA Rennes B à Retiers (Horaires à confirmer)

SENIORS B Contre LAILLE à Lailié (Horaires à confirmer)

SENIORS C / D Contre PONS PEAN à Retiers (Horaires à confirmer)

Match Coupe Maxime Portier SENIORS A - Le 20 Janvier 2018 à Bains sur oust (35)

Mardi 22 Janvier début 19h30 (à confirmer)

Mercredi 23 janvier début 19h30

Vendredi 25 janvier début 19h30

Reprise à 2 séances sur la semaine suivante (Mercredi / Vendredi 19h30)