

PROGRAMME DU MOIS D'AOUT 2020

EQUIPES SENIORS

03/08/20	Entraînement
05/08/20	Entraînement
07/08/20	Entraînement
10/08/20	Entraînement
12/08/20	Entraînement
14/08/20	Match amical contre Castets
17/08/20	Entraînement
19/08/20	Match amical contre Mazerès
21/08/20	Entraînement
24/08/20	Entraînement
26/08/20	Match amical contre Grignols
28/08/20	Entraînement
30/08/20	MATCH en Coupe de France

POUR TOUTES INFORMATIONS: TELEPHONER A THIERRY LAQUÊCHE

Tel 05 56 63 36 33

Port perso 06 81 13 97 53

Travail 05 56 40 64 23

Mail th.laqueche@orange.fr ou tlaqueche@bordeaux-metropole.fr

PREVOIR POUR CHAQUE ENTRAÎNEMENT ET MATCH AMICAL

UNE PAIRE DE TENNIS

Il est impératif de faire une préparation individuelle avant la reprise des entraînements:
(minimum 4 à 5 footings d'environ 45 mn chacun)

Le programme peut être modifié en fonction de la reprise des matchs officiels