

# **PREPARATION**

## **SAISON 2010-2011**

### **NM3-RM2**

#### **AOUT 2010**

DATE	NM3	RM2
<b>Lundi 9</b>	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
<b>Mardi 10</b>	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
<b>Mercredi 11</b>		
<b>Jeudi 12</b>	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
<b>Vendredi 13</b>		
<b>Samedi 14</b>		
<b>Dimanche 15</b>		
<b>Lundi 16</b>	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
<b>Mardi 17</b>	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
<b>Mercredi 18</b>		
<b>Jeudi 19</b>	Stage Talmont	Stage Talmont
<b>Vendredi 20</b>	Stage Talmont	Stage Talmont
<b>Samedi 21</b>	Stage Talmont	Stage Talmont
<b>Dimanche 22</b>	Stage Talmont	Stage Talmont
<b>Lundi 23</b>		
<b>Mardi 24</b>	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
<b>Mercredi 25</b>	Entrainement 20h00	
<b>Jeudi 26</b>		Entrainement 20h00
<b>Vendredi 27</b>	Match CHAMBRETAUD	
<b>Samedi 28</b>	WEPS	
<b>Dimanche 29</b>	WEPS	Match
<b>Lundi 30</b>	Entrainement 20h00	
<b>Mardi 31</b>	Entrainement 20h30	Entrainement 20h30

#### **Stage Talmont :**

**Jeudi 19 :** Entrainement 20h30

**Vendredi 20 :** Entrainement 11h00 et 17h30

**Samedi 21 :** Entrainement 10h00 et match à 18h00 contre Chantonny-Saint Germain.

**Possibilité d'avoir un programme individualisé pour l'intersaison avec Lucie GEANDRONNEAU (Kiné du club)**

**Pour la contacter : 06 17 08 28 07**

## SEPTEMBRE 2010 :

DATE	NM3	RM2
Mercredi 1		Entrainement 20h00
Jeudi 2	Entrainement 20h00	
Vendredi 3		Entrainement 19h30
Samedi 4	Tournoi Brissac NM2-NM3	Tournoi RM2 à Aizenay
Dimanche 5	Tournoi Brissac NM2-NM3	
Lundi 6		
Mardi 7	Entrainement 20h30	Entrainement 20h30
Mercredi 8	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
Jeudi 9		
Vendredi 10	Entrainement 19h30	Entrainement 21h00
Samedi 11	Match RVBC 21h00	Match RVBC 19h00
Dimanche 12		
Lundi 13		
Mardi 14	Entrainement 20h30	Entrainement 20h30
Mercredi 15	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
Jeudi 16		
Vendredi 17	Entrainement 19h30	Entrainement 21h00
Samedi 18	Championnat	
Dimanche 19		Championnat
Lundi 20		
Mardi 21	Entrainement 20h30	Entrainement 20h30
Mercredi 22	Entrainement 20h00	Entrainement 20h00
Jeudi 23		

### Entrainements Saison :

#### NM3 :

Mardi 20h30 salle B  
Mercredi 20h00 salle A  
Vendredi 19h30 salle A

#### RM2 :

Mardi 20h30 salle B  
Mercredi 20h00 salle C  
Vendredi 21h00 Salle C ou A

JB 26/07/2010