

Programme de reprise -15 Filles EMERAUDE 2020/2021

Bonjour à toutes,

N'hésitez pas à vous entretenir physiquement pendant les vacances (footing, et autres activités sportives avec les copines, abdos, pompes...).

Rapprochez-vous de votre référent club, pour l'organisation des co-voiturages.

N'oubliez pas votre bouteille d'eau à chaque séance, ainsi que des chaussures de running pour les séances en extérieur

Bonnes vacances à toutes !!!

DATE	LIEU	HORAIRE	QUOI ?
SEMAINE 35			
Lundi 24 Août	Saint-Malo, salle du NAYE	11H00 à 17H00	Course en extérieur Handball Prévoir Pique-nique
Mardi 25 Août	DOL	11H00 à 17H00	Course en extérieur Handball Prévoir Pique-nique
Vendredi 28 Août	PLESLIN	11H00 à 17H00	Course en extérieur Handball Prévoir Pique-nique
SEMAINE 36			
Lundi 31 Août	Saint-Malo, salle du NAYE	16H00 à 18H00	Course en extérieur Handball
Mercredi 2 Septembre	Saint-Malo, salle du NAYE	18H30 à 20H00	Handball
Jeudi 3 Septembre	Saint-Malo, salle de BELLEVUE	18H45 à 20H15	Handball
SEMAINE 37			
Mardi 8 Septembre	DOL	18H30 à 20H00	Handball
Mercredi 9 Septembre	Saint-Malo, salle du NAYE	18H30 à 20H00	Handball
Jeudi 10 Septembre	Saint-Malo, salle de BELLEVUE	18H45 à 20H15	Handball
Vendredi 11 Septembre	Saint-Malo, salle du NAYE	A définir	Assemblée Générale
SEMAINE 38			
Entraînements créneaux habituels (comme semaine 37)			
Samedi 19 Septembre	A définir	Midi et Après-Midi	Moment convivial
SEMAINE 39			
Entraînements créneaux habituels (comme semaine 37)			
Samedi 26 Septembre	A définir	A définir	Match amical contre Cancale
SEMAINE 40			
Entraînements créneaux habituels (comme semaine 37)			
Samedi 3 ou Dimanche 4 Octobre	A définir	A définir	1 ^{er} tour de Brassage Régional

CJF ST MALO HB
Pierrick VEYRAT
06 87 84 78 82

HB RANCE FREMUR
Cyril BOURGES
06 60 90 62 21

HBC DOL DE BRE.
Paulo
06 07 82 66