

FC3M - SAISON 2021-2022

Préparation collective de début de saison

-> Reprise à la Meilleraie (information sur le stade une semaine avant la reprise) / Présence vestiaires à 19H

-> Prévoir tenue complète de footballeur + paire de baskets + gourde ou bouteille d'eau (nominative)

Date	Horaire	
Jeudi 29 Juillet	19h15 - 21h	Entraînement
Vendredi 30 Juillet	19h15 - 21h	Sortie Bike & Run + Soirée Barbecue
Lundi 2 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Mercredi 4 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Vendredi 6 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Samedi 7 Août	Après-midi	Sortie collective + Amical FC3M 1 à La Rochelle
Lundi 9 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Mercredi 11 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Vendredi 13 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Samedi 14 Août	Après-midi	Amical FC3M 1 vs Nueil les Aubiers 2 (D1)
Lundi 16 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Mercredi 18 Août	Soirée	Amical FC3M 1 vs Inter Bocage (D1)
Vendredi 20 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Dimanche 22 Août	Après-midi	Amical FC3M 1 vs Les Epesses et FC3M 2 à définir (ou Coupe FC3M 1)
Lundi 23 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Mercredi 25 Août	Soirée	Amical FC3M 1 vs SCAL MC et FC3M 2 à définir
Vendredi 27 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Dimanche 29 Août	Après-midi	Coupe FC3M 1 + Amical FC3M 2 et 3
Lundi 30 Août	19h15 - 21h	Entraînement
Mercredi 1 Septembre	19h15 - 21h	Entraînement
Vendredi 3 Septembre	19h15 - 21h	Entraînement
Dimanche 5 Septembre	Après-midi	Coupe FC3M 1 + Amical FC3M 2 et 3

Horaires des entrainements ensuite (lieu défini en rotation et affiché sur le site chaque semaine).

-> **Lundi (uniquement en Septembre) : 19h30 - 20h45 (Présence vestiaires à 19h15)**

-> **Mercredi : 19h30 - 21h15 (Présence vestiaires à 19h15)**

-> **Vendredi : 19h30 - 21h15 (Présence vestiaires à 19h15)**

Cette préparation conditionne la suite de la saison. Pour atteindre les objectifs collectifs, il est primordial que chacun fasse des efforts pour le reste du groupe. En attendant de vous retrouver nombreux à la reprise le 29 Juillet !

Thomas Barreau (06.85.19.57.93) & Patrice Gandrillon (06.14.23.30.82)