

Programme d'avant saison 2009/2010	
Du lundi 06 au mercredi 29 juillet 2009	Entraînement individuel (2 à 3 fois par semaine)
Vendredi 31 juillet 2009	Entraînement collectif à 18h45
Mercredi 5 août 2009	Entraînement collectif à 19h00
Vendredi 7 août 2009	Entraînement collectif à 19h00 Equipe A: Match à St Aubin d'Aubigné à 19h30
Lundi 10 août 2009	Equipe A: Match à La Bouexière à 19h30
Mercredi 12 août 2009	Entraînement collectif à 19h00
Jeudi 13 août 2009	Equipe A: Match à Gosné contre La Bouexière à 19h30
Vendredi 14 août	Entraînement collectif à 19h00
Mardi 18 août 2009	Equipe A: Match à Gosné contre USSMSO à 19h30
Mercredi 19 août 2009	Match amical à définir (Equipe B) Entraînement collectif à 19h00
Vendredi 21 août 2009	Entraînement collectif à 19h00
Dimanche 23 août 2009	Coupe de France
Mercredi 26 août 2009	Entraînement collectif à 19h00 Equipe A: Match à Gosné contre Fougerolles du Plessis 19h30
Vendredi 28 août	Entraînement collectif à 19h00 Match amical contre Billé Javené (Equipe B)
Dimanche 30 août	Match de Coupe
Mercredi 2 septembre 2009	Entraînement collectif à 19h00
Vendredi 4 septembre 2009	Entraînement collectif à 19h00
Dimanche 6 septembre	Championnat

Sur cette période, il est demandé de prévoir 2 paires de chaussures : une pour la course et l'autre pour le terrain.
N.B. : Il est possible que d'autres matchs amicaux soient mis en place mais les entraînements seront toujours maintenus

LES DIRIGEANTS SENIORS