

PROGRAMME Juillet 2026

Date	Groupe	Coach	Discipline	Horaire	Lieu RDV	Commentaire
lundi 6 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
	U12					
mardi 7 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Sortie Montagne	8H - 12H	A définir	Plus d'info sur groupe WhatsApp
	U12					
mercredi 8 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
jeudi 9 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	8H - 13H30	Local au Linga OU sur place à Evian	Prévoir baskets, pique-nique, gourde, maillot de bain, crème solaire , serviette de bain.
	U12					
vendredi 10 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Roller	9H - 12H	A définir	Plus d'info sur groupe WhatsApp
	U12					
lundi 13 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
	U12					
mardi 14 juillet 2026	U14-U16	Max	Préparation physique	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir casque, rustines, chambre à air, barres de céréales, gourde et K-Way
	U12	Loïc	VTT	9H - 12H	A définir	
mercredi 15 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	VTT	8H - 12H	A définir	Prévoir casque, rustines, chambre à air, barres de céréales, gourde et K-Way

jeudi 16 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
	U12					
vendredi 17 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
	U12					
Du Lundi 20 au Jeudi 23 Juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	RAID Montagne	Départ 8H	A définir	Plus d'info sur groupe WhatsApp
Du Mardi 21 au Jeudi 23 Juillet 2026	U12	Loïc & Max	RAID Montagne	Départ 8H	A définir	Plus d'info sur groupe WhatsApp
lundi 27 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
	U12					
mardi 28 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	VTT	8H - 12H	Local du Linga	Prévoir casque, rustines, chambre à air, barres de céréales, gourde et K-Way
	U12					
mercredi 29 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
jeudi 30 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Roller	9H - 12H	Gymnase Abondance	Prévoir casque, protections de roller, gourde, barre de céréales + baskets
	U12					
vendredi 31 juillet 2026	U14-U16	Loïc & Max	Préparation physique Vitesse / Appuis / Gainage	9H - 12H	Terrain de Foot La Chapelle	Prévoir gourde, barre de céréales, casquette.
	U12					

Contacts COACHS :

RUBIN Max : 06 75 54 60 99
VUARAND Loïc : 06 73 21 62 74

Merci d'informer les entraîneurs de l'absence de votre enfant