

DINARD F.C.



**REPRISE**  
**Collective**

**Prévoir une paire de tennis et  
chaussure de Foot**

**Semaine 33 :**

10/08 : Entraînement (16h00-18h00)  
11/08 : Entraînement (16h00-18h00)  
14/08 : Entraînement (16h00-18h00)  
15/08 : **Run & Bike sur la côte (10h00-16h00)**

**Semaine 34 :**

17/08 : Entraînement (16h00-18h00)  
19/08 : **Triangulaire LAMBALLE / DINAN-LEHON FC / DINARD FC (ext.)**  
21/08 : Entraînement (16h00-18h00)  
22/08 : Journée cohésion sur la plage + **AMICAL TINTENIAC (dom.)**

**Semaine 35 :**

24/08 : **TESTS (Endurance, Vitesse, poids, taille...)**  
**+ SEANCE TACTIQUE**  
25/08 : Entraînement matin + **acrobranche**  
27/08 : Entraînement (16h00-18h00)  
28/08 : **AMICAL PLANCOET (ext.)**

**Semaine 36 :**

01/09 : Entraînement (18h30-20h30 ?)  
03/09 : Entraînement (18h30-20h30 ?)  
05/09 : **Réunion de rentrée PARENTS - JOUEURS (11h00-12h30) - pic nic plage (12h30-14h00) - AMICAL - ST JACQUES PARAMÉ (dom.)**

**Semaine 37 :**

08/09 : Entraînement (18h30-20h30 ?)  
10/09 : Entraînement (18h30-20h30 ?)  
12/09 : **Journée cohésion + AMICAL VIGNOC**

*Reprise Compétition  
Samedi 19/09/2020...  
(Championnat)*

**CONTACT**

**LECOQ Nicolas**

Educateur Fédéral

Responsable U17 Dinard F.C.

Tel : **06.99.80.10.15**

Mail : [Lecoqnicolas@hotmail.com](mailto:Lecoqnicolas@hotmail.com)