

	Date	Eq BMP FC Senior	Activité	Horaire	Durée	Lieux	Précisions
Juillet	A-B-C-D	Entretien	19h30-21h	7 (R.Prézeau) 9 (L.Pineau) 16 et 17 (J.Rochais) 21 (H.Goussaud) 23 (R.Prézeau) Crampons et tennis. Pas de douches collectives. Hydratation individuelle.			
Du 23/07 au 5/08	Individuel	Entretien	1 jour sur 2	45 min	Où tu veux, avec qui tu veux, ou seul	Atteindre 45 min de course avec 20 min de fractionné intégré	
mer. 05 août	A-B-C-D	Séance	19h30-21h30	2h	L.Pineau	Tennis + Crampons	
ven. 07	A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	L.Pineau	Tennis + Crampons	
sam. 08 août	A-B-C-D-Loisirs	Run&Bike	10h30	1h30	R.Prézeau	VTT, Tennis, Gourde	
lun. 10	A-B-C-D	Séance	19h30-20h45	1h15	R.Prézeau	Tennis + Crampons	
mer. 12	A-B	Amical	20h	1h30	R.Prézeau	GSM FC A (Gaubretière) A confirmer	
	B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	L.Pineau	Tennis + Crampons	
ven. 14	B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	L.Pineau	Tennis + Crampons	
sam. 15	A-B	Amical	17h	1h30	R.Prézeau	FCMTC A (Mouilleron Thouarsais)	
dim. 16	B-C	Amical	A confirmer	1h30	Extérieur	GSM FC B (Gaubretière)	
lun. 17	A-B-C-D	Séance	19h30-20h45	1h15	R.Prézeau	Tennis + Crampons	
mer. 19	A	Amical	20h	1h30	Prézeau	FCMR A (Mouchamps Rochetrejoux)	
	B-C-D	Séance	19h30-21h30	2h	Stade J.Rochais	Tennis + Crampons	
ven. 21	A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	Stade L.Pineau	Tennis + Crampons	
dim. 23	A-B	Amical	15h	1h30	Extérieur	FCS (Saligny)	
	B-C	Amical	13h	1h31	Stade municipal Rochetrejoux	FCCM 2 (St MarSte Céci)	
lun. 24	A-B-C-D	Séance	19h30-20h45	1h15	R.Prézeau	Tennis + Crampons	
mer. 26	A	Séance	19h30-21h30	2h	L.Pineau	Tennis + Crampons	
	B	Amical	20h	1h30	J.Rochais	FCRPJ (St Philb-La Jaud)	
	C-D	Amical	20h	1h30	Extérieur	FCMS 3 (Flochamont)	
ven. 28	A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	Stade L.Pineau	Tennis + Crampons	
dim. 30	A	Coupe	15h	1h30 à	Selon tirage	Adversaire selon tirage	
	B	Amical	A confirmer	1h30	Selon tirage CdF A	FCMS 2 (Flocha) AC ?	
	C-D	Amical	A confirmer	1h30	A confirmer		
mer. 02 sept.	A-B-D	Séance	19h30-21h30	2h	J.Rochais	Tennis + Crampons	
	C	Amical	20h	1h30	A confirmer	RSA 3 (Ardelay)	
ven. 04	A-B-C-D	Séance + Présentation staffs	19h30-21h00	1h30	L.Pineau	Tennis + Crampons	
dim. 06	A	Coupe	15h	1h30 à	Selon tirage	Adversaire selon tirage	
	B	Coupe	A confirmer	1h30	Selon tirage	Adversaire selon	
	C	Challenge	A confirmer	1h30	Selon tirage	Adversaire selon	
	D	Amical	A confirmer	1h31			
mer. 09	A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	J.Rochais	Tennis + Crampons	
ven. 11	A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	L.Pineau		
dim. 13	A	Championnat	Calendrier	1h30	Calendrier		
	B	Championnat	Calendrier	1h30	Calendrier		

BMP FC Seniors Calendrier reprise 20-21

	Date	Eq BMP FC Senior	Activité	Horaire	Durée	Lieux	Précisions
		C	Championnat	Calendrier	1h30	Calendrier	
		D	Championnat	Calendrier	1h30	Calendrier ?	
mer. 16		A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	J.Rochais	
ven. 18		A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	L.Pineau	
dim. 20		A	Coupe	15h	1h30 à	Selon tirage	Adversaire selon tirage
		B	Coupe	Selon tirage	1h30	Selon tirage	Adversaire selon tirage
		C	Challenge	Selon tirage	1h30	Selon tirage	Adversaire selon tirage
		D	?				
mer. 23		A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	J.Rochais	
ven. 25		A-B-C-D	Séance	19h30-21h00	1h30	L.Pineau	