

**PROGRAMME AOÛT 2020 – EQUIPE 01 USF2S**

S	1		
D	2		
L	3	REPRISE- ENTRAÎNEMENT	PRESENTATION SAISON-ENDURANCE
M	4	ENTRAÎNEMENT	ENDURANCE-FORCE-JEUX
ME	5	REPOS	
J	6	ENTRAÎNEMENT	ENDURANCE-FORCE-JEUX
V	7	ENTRAÎNEMENT	JEUX – VITESSE-TACTIQUE
S	8		
D	9		
L	10	Match Beauvoir Sur Niort D2	
M	11	ENTRAÎNEMENT	RECUPERATION-JEUX -TACTIQUE
ME	12	REPOS	
J	13	ENTRAÎNEMENT	JEUX – VITESSE-TACTIQUE
V	14	Match Sud-Gatine D2	
S	15		
D	16		
L	17	ENTRAÎNEMENT	ENDURANCE-FORCE-JEUX
M	18	Match Aiffres D2	
ME	19	REPOS	
J	20	ENTRAÎNEMENT	JEUX – VITESSE-TACTIQUE
V	21	Match Venise Verte D3	
S	22		
D	23		
L	24	ENTRAÎNEMENT	ENDURANCE-FORCE-JEUX
M	25	Match Pays Maixentais R3	
ME	26	REPOS	
J	27	ENTRAÎNEMENT	JEUX – VITESSE-TACTIQUE
V	28	Match Saint Liguair R3	
S	29		
D	30		
L	31	ENTRAÎNEMENT	ENDURANCE-FORCE-JEUX