

GRILLE HORAIRE SAISON 2017 -2018
RRC HAMOIR

JOUR	HEURE	TERRAIN 1 CLT	PETITS TERRAIN CLT	EXTERIEUR
LUNDI	17H45	u11 et u12	U6 – U 7 – u8 –u9 – U10	
	18H30	U14 -		
	19H30			
MARDI	16H45			
	18H	U 16		
	19H30	U19 –u21		
MERCREDI	16H45			
pp	17H45	u11 et u12-u13	U6 – U 7- u8-u9 – U10	
	18H15	GARDIENS	GARDIENS	
	18H30			
	19H	U14 – U15		
	20H			
JEUDI	17H45		PERFECTIONNEMENT	
	18H	u 16		
	19H00			
	19H30	U19 –u21		
	20H			
VENDREDI	16H30			
	17H45	U 13		
	17H			
	18H	U15		

Technique spécifique : partie de séance les lundis et ou mercredis pour les catégories de u8 à u 11

Préparation physique : Partie de séance les mardis pour les catégories de u15 à u 19

Pour les u14 un entrainement spécifique (technique – physique et Tactique) pourrait être dispensé de manière visuelle (projection) de temps en temps.

Pour les gardiens : entrainement spécifique le mercredi -

**ATTENTION DE LEGERES MODIFICATIONS POURRAIENT AVOIR LIEU
AU NIVEAU DES HORAIRES EN FONCTION DES MATCHS ET DE LA
METEO.**

RICHARD André,

RTFJ - 0492.318.626

andre.richard@rrc-hamoir-jeunes.be

GRILLE HORAIRE SAISON 2017 -2018
RRC HAMOIR