

F.C. Amical Saint-Prex

Junior DII saison 2011-2012

<u>Jours</u>	<u>Date</u>	<u>Lieux</u>	<u>Activités</u>	<u>Remarque</u>
Mardi	16.08	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	18.08	Vieux-Moulin	Entrainement	
Dimanche	21.08	Cossonay	Tournoi	Toute la journée
Mardi	23.08	Vieux-Moulin	FC. Amical Saint-Prex II – FC. Etoy II	match amical Rdv. 17h00
Jeudi	25.08	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	27.08	Championnat	FC. Amical Saint-Prex II – FC. Genolier-Begnins IV	
			À l'issue du match réunion avec les parents.	Env. 10h20
Mardi	30.08	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	01.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	03.09	Championnat	FC. Forward-Morges I - FC. Amical Saint-Prex II	
Mardi	06.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	08.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	10.09	Championnat	FC. Amical Saint-Prex II – FC. Gland III	
Mardi	13.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	15.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	17.09	Championnat	FC. Stade Nyonnais III - FC. Amical Saint-Prex II	Week-end du Jeune fédéral
Mardi	20.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	22.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	24.09	Championnat	FC. Amical Saint-Prex II – FC. Genolier-Begnins III	
Mardi	27.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	29.09	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	01.10	Championnat	US Terre Sainte IV - FC. Amical Saint-Prex II	
Mardi	04.10	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	06.10	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	08.10	Championnat	FC. Amical St-Prex II – FC. Italia Nyon I	
Mardi	11.10	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	13.10	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	15.10		FC. Echichens II - FC. Amical Saint-Prex II	Début vacance scolaire
Mardi	18.10	Vieux-Moulin	Entrainement	à confirmer
Jeudi	20.10	Vieux-Moulin	Entrainement	à confirmer

F.C. Amical Saint-Prex

Junior DII saison 2011-2012

Samedi	22.10			
Mardi	25.10	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	27.10	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	29.10	Championnat	FC.Gingins I - FC. Amical Saint-Prex II	Fin vacance scolaire
Mardi	01.11	Vieux-Moulin	Entrainement	
Jeudi	03.11	Vieux-Moulin	Entrainement	
Samedi	05.11		Jour de réserve ou match amical	à confirmé
	08.11	Vieux-Moulin	Entrainement	
	10.11	Vieux-Moulin	Entrainement	
		Vieux-Moulin	Entrainement en salle à définir	
Week-end	10-11	décembre	Tournoi de Noël	

En cas d'absences excuses obligatoires

Delessert Fabrice

079/262.27.42

Fernando Garcia

079/221.83.83

F.C. Amical Saint-Prex

Junior DII saison 2011-2012

Déroulement des entrainements ;

Les entrainements ont lieu mardi et jeudi aux Vieux-Moulins.

17h45 ; Rendez-vous, mise en place du matériel, gonflage des ballons,

18h00 ; début de l'entraînement.

19h30 ; Fin des exercices, rangements.

19h35 ; Fin de l'entraînement.

Equipements : Soulier de foot à crampons moulés, protèges tibias, gourde, habillement de sport en rapport avec le temps (les entrainements se font par tous les temps), possibilité de se doucher.

Match ;

À domicile les matchs se jouent principalement sur le terrain du Vieux-Moulins, les joueurs ont rendez-vous et se changent au Vieux-Moulins, à l'extérieur l'heure donnée est celle du départ.

Equipement : Soulier à crampons moulés, protèges tibias, linge, savon, survêtement, habits de rechanges en suffisance (froid-Pluie).

Après chaque match la douche est obligatoire.

En cas d'absences excuses obligatoires

Delessert Fabrice

079/262.27.42

Fernando Garcia

079/221.83.83