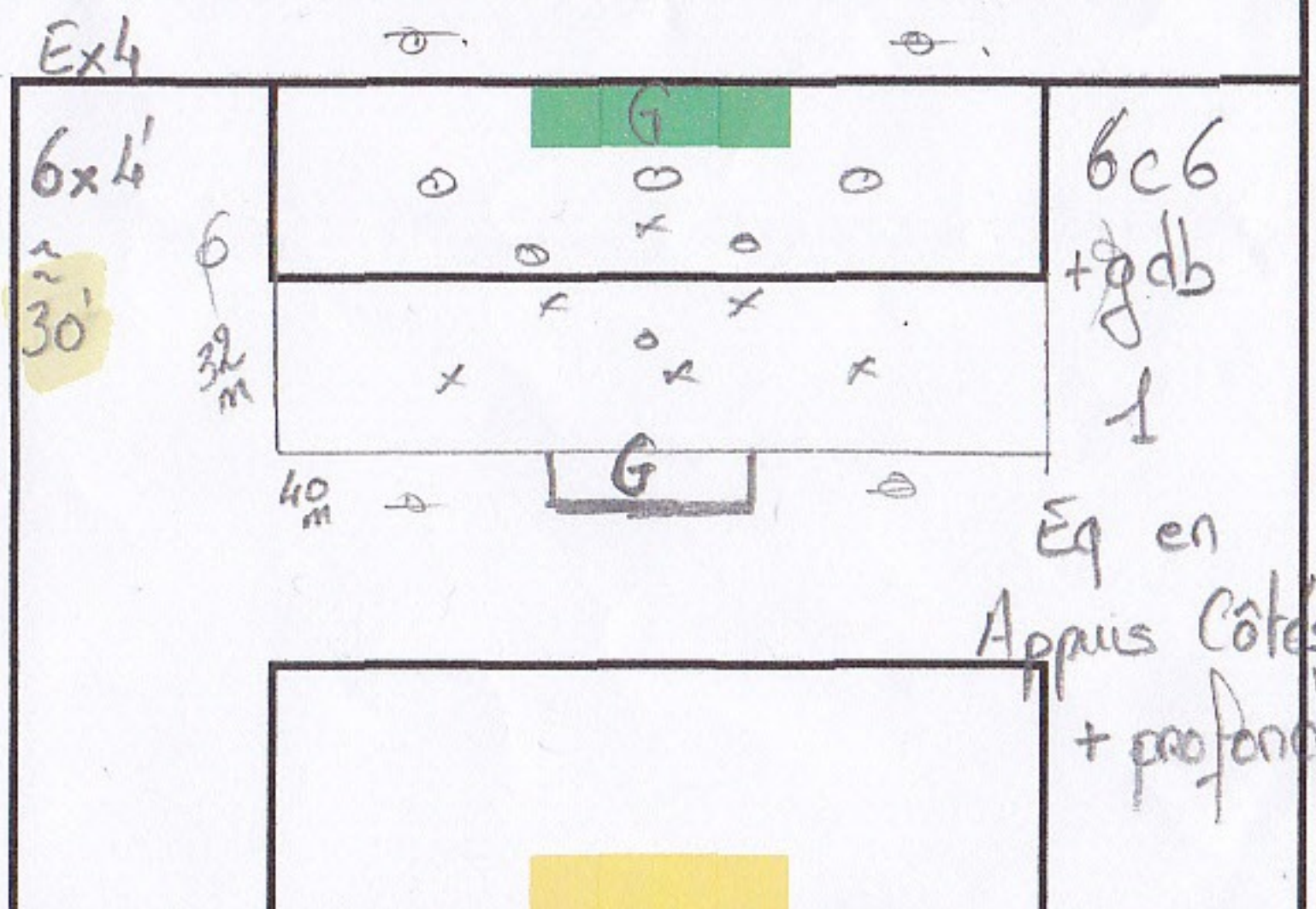
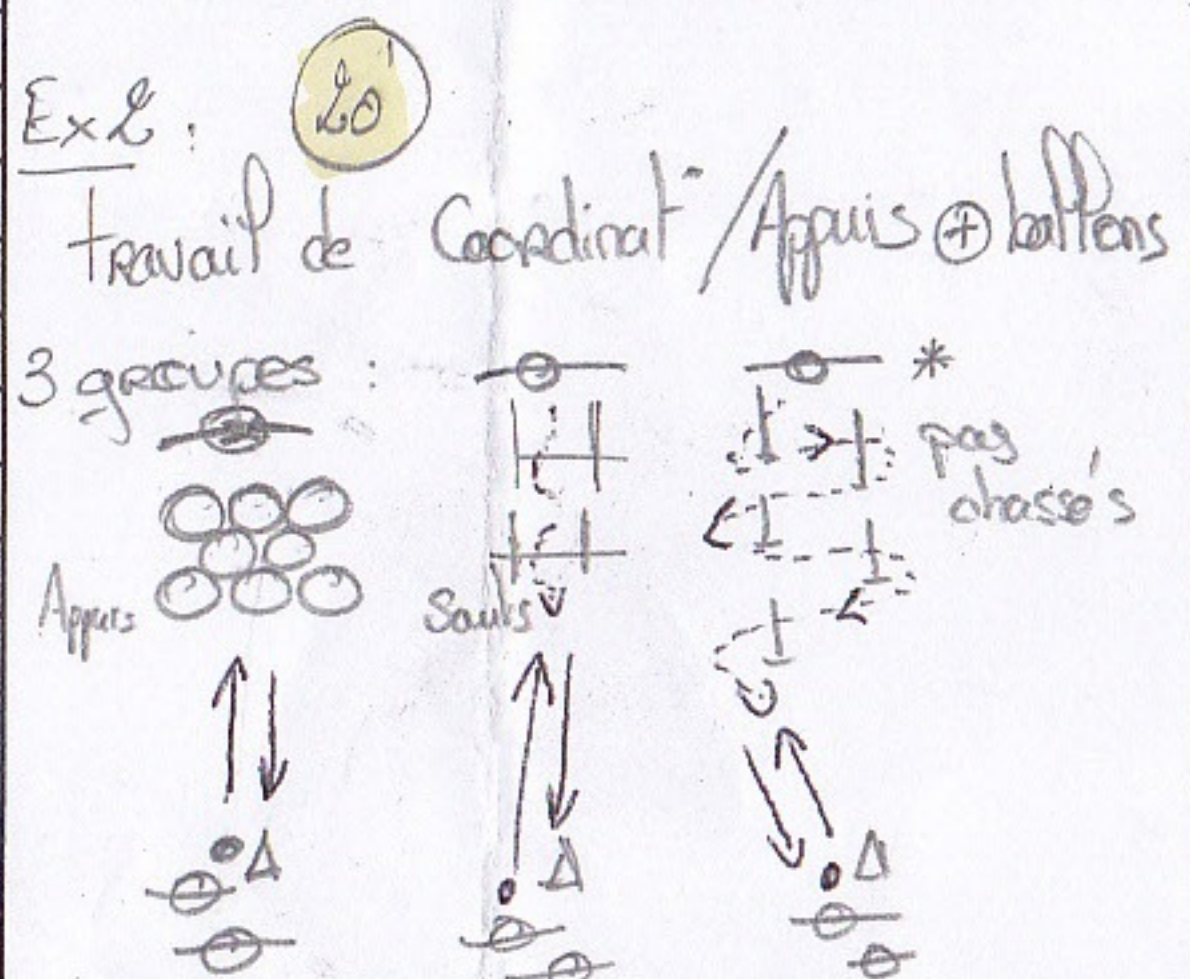
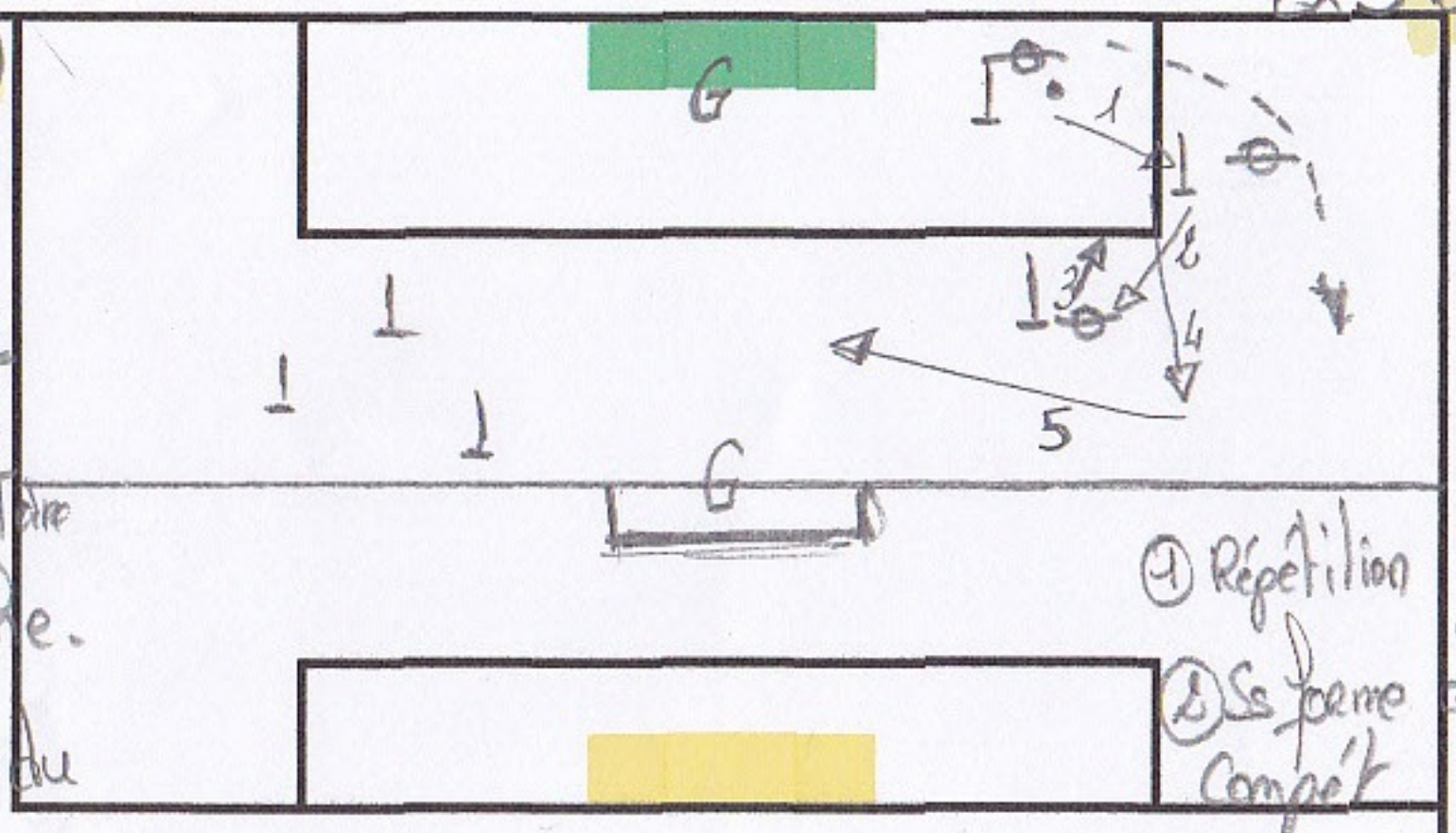
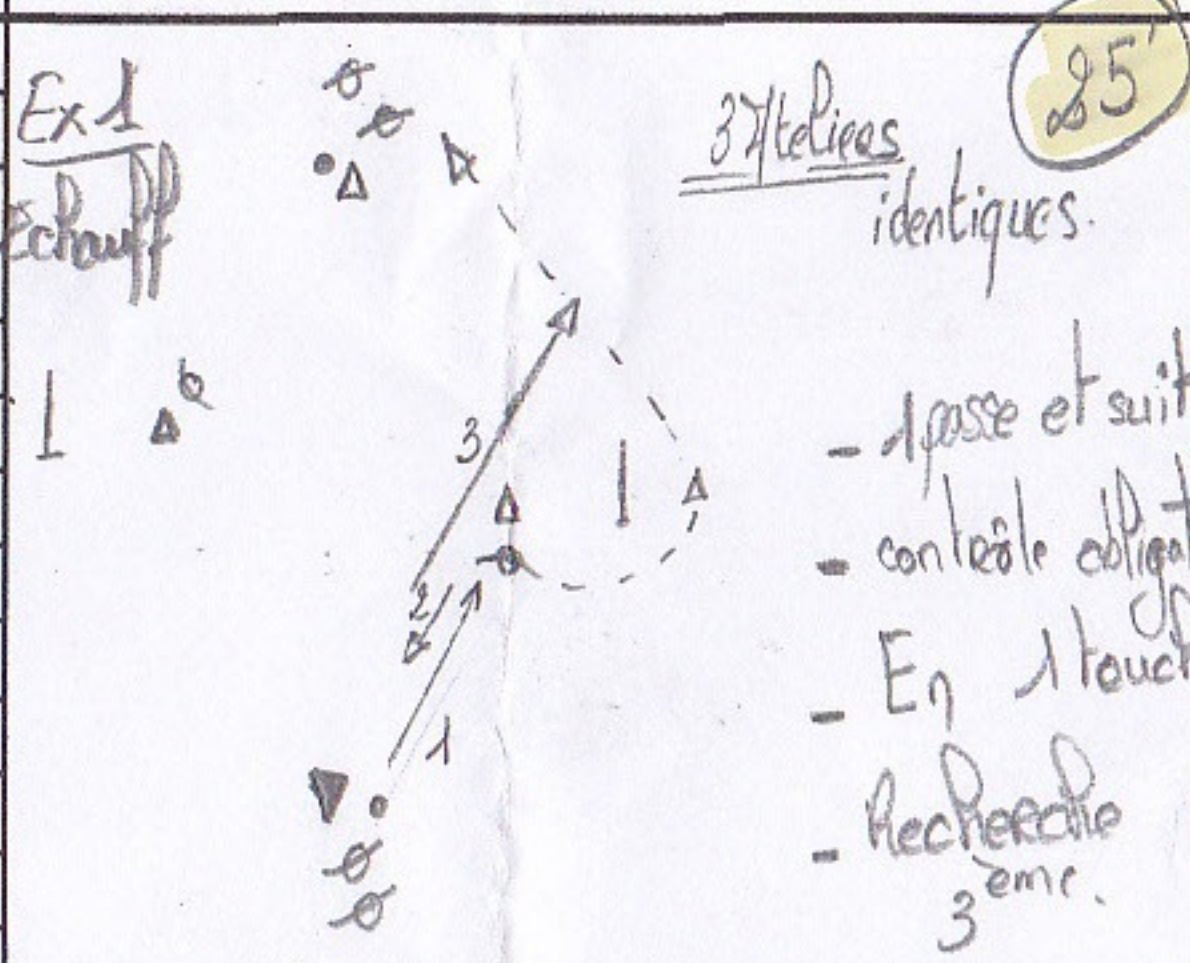


11/04/2012

DATE : DOMINANTE : Technique + travail de l'équilibre

jeu à 3 avec dédoublement! Ex 3 20'

PF					J	R	B	N
1	72	21/11/78	33	Jean-Michel	ABIVEN			
2	76	18/09/80	31	Steven	ABIVEN			
3	69	25/06/88	23	Christophe	AUTRET			
4	75	28/04/90	21	Benoit	BEGOC			
5	75	03/10/86	25	Pierre yves	BEGOT			
6		24/02/1992	20	Quentin	BERNUGAT			
7	73	28/01/88	24	Steven	COAT			
8	65	15/10/92	19	Thilbaut	DANTEC			
9	74	26/03/91	21	guillaume	DE FREITAS			
10	78	27/06/90	21	ollivier	GUEGUEN			
11	72	30/05/85	26	Nicolas	KERNEVEZ			
12	69	19/04/84	27	Cédric	LE HENAFF			
13	84	01/02/88	24	Maxime	MONNIER	G	D	B
14	85	06/06/81	30	Loïc	MOTTIER	G	D	B
14		01/02/92	20	Erwann	NKA MBOCK M			
16	71	22/12/87	24	Steven	PAPIN			
17	82	06/03/87	25	Jérémy	PINVIDIC			
18	76	30/11/88	23	Richard	PELLETIER			
19	83	06/12/89	22	Matthieu	ROUDAUT	B	L	E
20	72	10/06/87	24	Fabien	SAIVE	S	S	E
21	62	15/11/84	27	Kharim	SEMMAM			
22								
23								
24								
25								
26								



* départs.

	series	répétitions
pompes		
abdo		
gainages		
cordes		
médecine B		

séance réalisée par Franck Kerdiles

Publiée par Exercices footleps29