



# Planning SAR C

## Saison 2011-2012

Activités	Dates	Lieux	Horaires	Joueuses
Sélection	Mec 31.08.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Toutes/alle
TRY OUT 2	Dim 4.09.11	HEP Fribourg	09H00-12H15	Toutes/alle
Sélection	Mec 07.09.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Toutes/alle
Sélection	Mec 14.09.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Toutes/alle
Sélection	Mec 21.09.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Toutes/alle
Jour/Tag	Dim 25.09.11	HEP Fribourg	09H00-17H15	Toutes/alle
Sélection	Mec 28.09.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Toutes/alle
Sélection	Mec 05.10.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Toutes/alle
Sélection	Mec 12.10.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Toutes/alle
Vacances d'automne / Herbstferien 15.10.2011 -> 1.11.2011				
FIN DE LA 1ERE SELECTION - ENDE 1. SELEKTION				
Training	Mec 02.11.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Training	Mec 09.11.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Parents/Eltern	Mec 09.11.11	HEP	19H00-19H45	
Jour/Tag	Dim 13.11.11	HEP Fribourg	09H00-17H15	Cadre SAR (15)
Training	Mec 16.11.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Training	Mec 23.11.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Training	Mec 30.11.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Training	Mec 07.12.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Training	Mec 14.12.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Training	Mec 21.12.11	HEP Fribourg	16H30-19H15	Cadre SAR (15)
Vacances de Noël / Weihnachtensferien 24.12.2011 -> 08.01.2012				
Lager/camp	Mar 27.12.11	Platy - VSG	08H45-17H15	Cadre SAR (15)
Lager/camp	Mer 28.12.11	Platy - VSG	08H45-17H15	Cadre SAR (15)
Lager/camp	Jeu 29.12.11	Platy - VSG	08H45-17H15	Cadre SAR (15)
Lager/camp	Ven 30.12.11	Platy - VSG	08H45-17H15	Cadre SAR (15)
FIN DE LA 2EME SELECTION - ENDE 2. SELEKTION				
Training	Mec 11.01.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 18.01.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Jour/Tag	Dim 22.01.12	HEP Fribourg	09H00-17H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 25.01.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 01.02.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 08.02.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 15.02.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Vacances de Carnaval / Fastnachtsferien 18.02.2012 -> 26.02.2012				
Lager/camp	Dim 19.02.12	Tenero/Willisau ?	Journée/Tag	Equipe SAR (12)
Lager/camp	Lun 20.02.12	Tenero/Willisau ?	Journée/Tag	Equipe SAR (12)
Lager/camp	Mar 21.02.12	Tenero/Willisau ?	Journée/Tag	Equipe SAR (12)
Lager/camp	Mer 22.02.12	Tenero/Willisau ?	Journée/Tag	Equipe SAR (12)
Lager/camp	Jeu 23.02.12	Tenero/Willisau ?	Journée/Tag	Equipe SAR (12)
Training	Mec 29.02.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 07.03.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 14.03.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 21.03.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 28.03.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)
Training	Mec 04.04.12	HEP Fribourg	16H30-19H15	Equipe SAR (12)

Vacances de Pâques / Osternferien 06.04.2012 -> 22.04.2012				
Prép CS	Mar 10.04.12	Platy - VSG	09H00-17H15	Equipe SAR (12)
Prép CS	Mer 11.04.12	Platy - VSG	09H00-17H15	Equipe SAR (12)
Prép CS	Jeu 12.04.12	Platy - VSG	09H00-17H15	Equipe SAR (12)
Prép CS	Ven 13.04.12	Platy - VSG	14H00-17H15	Equipe SAR (12)
C.Suisse SAR	Sam 14.04.12	LAUFEN ?	Journée/Tag	Equipe SAR (12)
C.Suisse SAR	Dim 15.04.12	LAUFEN ?	Journée/Tag	Equipe SAR (12)
TRY OUT 12	Dim 13.05.12	HEP Fribourg	09H00-17H00	SAR 2012-13

- NB :
- 1) Tests de condition Physique 3x par année – Konditest 3 Mal pro Jahr
  - 2) Matches amicaux vs M21-M23 et 3LRD à organiser depuis janvier 2012
  - 3) Regelmässig 3 mal pro Woche Kondi ! Programm anschauen !  
Condition physique régulière minimum 3 fois/semaine selon le programme !
  - 4) Fête de fin de saison au début juillet – Saisonverlocheta Anfang July
  - 5) Camp de beach volley début juillet 2012 – Cesenatico (?)

Die Möglichkeit bleibt dass einige trainings in Villars-sur-Glâne (Le Platy) statt finden  
Il est possible que quelques entraînements soient déplacés au Platy – Villars-sur-Glâne

## INFOS

Bei abwesenheit, bitte telefonieren / En cas d'absence, veuillez téléphoner !

### SAR C

Frédéric Haenni  
Rte d'En-La 2  
1720 Corminboeuf  
079 / 258 39 93  
026 / 401 21 16  
[fred.haenni@bluewin.ch](mailto:fred.haenni@bluewin.ch)

### SAR B

Martin Rostetter  
Kupfergässli 2  
3285 Galmiz  
076 / 562 06 64  
[kum.rostetter@vtxmail.ch](mailto:kum.rostetter@vtxmail.ch)



<http://ww2.swissvolley-fribourg.ch/web>

