

ORARIO DAL 18 AL 24 SETTEMBRE SEDE CARRARA

SEDICESIMA SETTIMANA ESTIVA (QUARTA SENZA SPECIFICHE)

LUNEDI		
TENNIS	TENNIS	ATLETICA
9-11 BERTONERI VATTERONI KOLBE L KOLBE M AB CON CAMPI COMUNICANTI		10-11 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI
11-13 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI AB CON CAMPI COMUNICANTI		11-12 BERTONERI VATTERONI KOLBE L KOLBE M AT
15-16.30 TOGNARINI TERSIGNI MENCHINI ROSSI C AB		
16.30-18.30 RIGHETTI BRUSCAGLIONI BORZONASCA AB	16.30-18.30 GIANGRANDI COCOMAZZI PAITA AB <u>NB</u> <u>IN CASO DI PIOGGIA</u> <u>GIANGRANDI</u> <u>COCOMAZZI</u> <u>RECUPERANO IL GRUPPO</u> <u>SABATO</u> <u>CAMPO OUTDOOR O SE</u> <u>ALE RIUSCISSE CAMPI</u> <u>COMUNICANTI</u>	16.30-17.30 TOGNARINI TERSIGNI MENCHINI ROSSI C AT 17.30-18.30 GAMBINI ANTOGNETTI MUSSETTI AT
18.30-20 GAMBINI ANTOGNETTI MUSSETTI AB	AB	18.30-19.30 RIGHETTI BRUSCAGLIONI BORZONASCA AT

MARTEDI

TENNIS	TENNIS	ATLETICA
9-11 KOLBE M VATTERONI KOLBE L BERTONERI AB CON CAMPI COMUNICANTI		10-11 KAUR ROSSI RAGGI AT
11-13 KAUR ROSSI RAGGI AB		11-12 KOLBE M VATTERONI KOLBE L BERTONERI AB
15-16.30 MENCHINI ROSSI C GAMBINI AB	15-16.30 ANTOGNETTI MUNETTI GIANGRANDI AB <u>IN CASO DI PIOGGIA</u> <u>ANTOGNETTI MUNETTI</u> <u>VERRANNO MESSI A</u> <u>RECUPERO SABATO</u> <u>CAMPO OUTDOOR O SE</u> <u>ALE RIUSCISSE CAMPI</u> <u>COMUNICANTI</u>	15.30-16.30 KOLBE L BRUSCAGLIONI BERTONERI BORZONASCA AT
16.30-18.30 KOLBE L BRUSCAGLIONI BERTONERI BORZONASCA		16.30-17.30 MENCHINI ROSSI C GAMBINI ANTOGNETTI MUNETTI GIANGRANDI AT 17.30-18.30 RIGHETTI FORNONI COCOMAZZI PAITA AT
18.30-20.30 RIGHETTI FORNONI COCOMAZZI PAITA AB		

MERCOLEDI

TENNIS	TENNIS	ATLETICA
9-11 BERTONERI KOLBE M KOLBE L VATTERONI AB CON CAMPI COMUNICANTI		10-11 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI AT
11-13 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI CAMPI COMUNICANTI		11-12 BERTONERI KOLBE M KOLBE L VATTERONI AT
15-17 RIGHETTI KOLBE M BORZONASCA AB <u>IN CASO DI PIOGGIA</u> <u>RIGHETTI</u> <u>KOLBE L</u> <u>BORZONASCA</u> <u>VERRANNO MESSI A</u> <u>RECUPERO SABATO</u>	15-17 BRUSCAGLIONI COCOMAZZI PAITA AB <u>CAMPO OUTDOOR O SE</u> <u>ALE RIUSCISSE CAMPI</u> <u>COMUNICANTI</u>	16-17 GAMBINI ANTOGNETTI GIANGRANDI AT
17-19 GAMBINI ANTOGNETTI GIANGRANDI AB		17-18 RIGHETTI KOLBE M BORZONASCA BRUSCAGLIONI COCOMAZZI PAITA AT 18-19 TOGNARINI TERSIGNI MUNETTI MENCHINI AT
19-20.30 TOGNARINI TERSIGNI MUNETTI MENCHINI AB		

GIOVEDI**NO PAITA**

TENNIS	TENNIS	ATLETICA
9-11 BERTONERI VATTERONI KOLBE L KOLBE M AB CON CAMPI COMUNICANTI		10-11 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI AT
11-13 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI AB CON CAMPI COMUNICANTI		11-12 BERTONERI VATTERONI KOLBE L KOLBE M AT
14.30-15.30 TOGNARINI TERSIGNI SS		
15.30-17 GIANGRANDI KOLBE M COCOMAZZI ANTOGNETTI AB		16-17 RIGHETTI BRUSCAGLIONI KOLBE L BORZONASCA AT
17-19 RIGHETTI BRUSCAGLIONI KOLBE L BORZONASCA AB		17-18 GIANGRANDI KOLBE M COCOMAZZI ANTOGNETTI AT 18-19 GAMBINI MUSETTI MENCHINI ROSSI AT
19-20.30 GAMBINI MUSETTI MENCHINI ROSSI AB		

VENERDI

TENNIS	TENNIS	ATLETICA
9-11 BERTONERI VATTERONI KOLBE L KOLBE M PESCUCCI AB		10-11 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI AT

CON CAMPI COMUNICANTI		
11-13 KAUR ROSSI RAGGI M FORNONI AB		11-12 BERTONERI VATTERONI KOLBE L KOLBE M PESCUCCI AT
15-17 GIANGRANDI COCOMAZZI MUSSETTI ROSSI AB		16-17 RIGHETTI PAITA BRUSCAGLIONI BORZONASCA AT
17-19 RIGHETTI PAITA BRUSCAGLIONI BORZONASCA AB		17-18 GIANGRANDI COCOMAZZI MUSSETTI ROSSI AT 18-19 GAMBINI ANTOGNETTI MENCHINI AT
19-20.30 GAMBINI ANTOGNETTI MENCHINI AB		
SABATO		
TENNIS	TENNIS	ATLETICA
14.30-16.30 GIANGRANDI COCOMAZZI ANTOGNETTI MUSSETTI AB EVENTUALE RECUPERO IN CASO DI PIOGGIA	14.30-16.30 RIGHETTI KOLBE L BORZONASCA AB EVENTUALE RECUPERO IN CASO DI PIOGGIA	

16.30-18 TOGNARINI TERSIGNI SS		
LEGENDA AB= ALLENAMENTO DI BASE DI GRUPPO AT ATLETICA DI GRUPPO AA= ALLENAMENTO AUTOGESTITO SS=SEDUTA TECNICA SPECIFICA ST=SEDUTA TATTICA SPECIFICA AT= ATLETICA DI GRUPPO ATS= ATLETICA SPECIFICA		