

PREPARAZIONE ESTIVA 2013

Palestra Carbonari, Jesi

		ORARIO	PROGRAMMA
	1^ settimana		
lun	26-ago	19:00 - 21:00	allenamento
mar	27-ago	19:00 - 21:00	allenamento
mer	28-ago	19:00 - 21:00	allenamento
gio	29-ago	19:00 - 21:00	allenamento
ven	30-ago	19:00 - 21:00	AMICHEVOLE
	2^ settimana		
lun	02-set	20:30 - 22:30	allenamento
mar	03-set	19:00 - 21:00	allenamento
mer	04-set	20:30 - 22:30	allenamento
gio	05-set	19:00 - 21:00	allenamento
ven	06-set	19:00 - 21:00	AMICHEVOLE
	3^ settimana		
lun	09-set	20:30 - 22:30	allenamento
mar	10-set	19:00 - 21:00	allenamento
mer	11-set	19;30 - 21;30	allenamento
gio	12-set	19:00 - 21:00	allenamento
ven	13-set	19:00 - 21:00	AMICHEVOLE
	4^ settimana		
lun	16-set	19:00 - 21:00	allenamento
mar	17-set	19:00 - 21:00	AMICHEVOLE
mer	18-set	19:00 - 21:00	allenamento
gio	19-set		
ven	20-set	21:30	CAMPIONATO