

LUNEDÌ

Morotti (Lampugnano)

6:00-8:00**

Pagani (Bresso)

6:00-8:00**

Lombardi (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra

Peluso (Mecenate)

17:00-18:00 Palestra

18:00-20:00 Acqua

Morotti (Arioli)

15:00-17:00 Acqua

Pagani (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

MARTEDÌ

(Mecenate)

8:30-10:30 Acqua

10:30-11:30 Palestra*

(Mecenate)

14:45-15:45 Palestra

16:00-18:00 Acqua

(Mecenate)

16:45-17:45 Palestra

18:00-20:00 Acqua*

MERCOLEDÌ

Morotti (Lampugnano)

6:00-8:00**

Pagani (Bresso)

6:00-8:00**

Lombardi (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra

Peluso (Mecenate)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

Morotti (Arioli)

15:00-17:00 Acqua

Pagani (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

GIOVEDÌ

(Mecenate)

8:30-10:30 Acqua

10:30-11:30 Palestra*

(Mecenate)

14:45-15:45 Palestra

16:00-18:00 Acqua*

(Mecenate)

16:45-17:45 Palestra

18:00-20:00 Acqua

VENERDÌ

Lombardi (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra

Peluso (Mecenate)

18:00-20:00 Acqua

Morotti (Arioli)

15:00-17:00 Acqua

Pagani (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

SABATO

Morotti (Mecenate)

8:00-10:00 Acqua

Peluso (Mecenate)

10:00-11:00 Palestra***

Pagani, Lombardi (Mecenate)

10:00-12:00 Acqua

Morotti, Pagani (Mecenate)

14:00-16:00 Acqua

Pagani (Mecenate)

16:00-18:00 Collegiale Fondo

* su convocazione, a discrezione dell'allenatore che informerà direttamente l'atleta (chiedere direttamente all'allenatore referente per eventuali dubbi).

** Allenamenti doppi che inizieranno in un secondo momento, saranno sempre su convocazione a discrezione dell'allenatore di riferimento (orari ufficiali e data di partenza verranno ufficializzati il prima possibile).

*** Palestra solo Peluso

LUNEDÌ

Morotti (Lampugnano)

6:00-8:00**

Pagani (Bresso)

6:00-8:00**

Lombardi (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra

Peluso (Mecenate)

17:00-18:00 Palestra

18:00-20:00 Acqua

Morotti (Arioli)

15:00-17:00 Acqua

Pagani (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

MARTEDÌ

(Mecenate)

8:30-10:30 Acqua

10:30-11:30 Palestra*

(Mecenate)

14:45-15:45 Palestra

16:00-18:00 Acqua*

(Mecenate)

16:45-17:45 Palestra

18:00-20:00 Acqua

MERCOLEDÌ

Morotti (Lampugnano)

6:00-8:00**

Pagani (Bresso)

6:00-8:00**

Lombardi (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra

Peluso (Mecenate)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

Morotti (Arioli)

15:00-17:00 Acqua

Pagani (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

GIOVEDÌ

(Mecenate)

8:30-10:30 Acqua

10:30-11:30 Palestra*

(Mecenate)

14:45-15:45 Palestra

16:00-18:00 Acqua

(Mecenate)

16:45-17:45 Palestra

18:00-20:00 Acqua*

VENERDÌ

Lombardi (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra

Peluso (Mecenate)

18:00-20:00 Acqua

Morotti (Arioli)

15:00-17:00 Acqua

Pagani (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

SABATO

Morotti (Mecenate)

8:00-10:00 Acqua

Peluso (Mecenate)

10:00-11:00 Palestra***

Pagani, Lombardi (Mecenate)

10:00-12:00 Acqua

Morotti, Pagani (Mecenate)

14:00-16:00 Acqua

Pagani (Mecenate)

16:00-18:00 Collegiale Fondo

* su convocazione, a discrezione dell'allenatore che informerà direttamente l'atleta (chiedere direttamente all'allenatore referente per eventuali dubbi).

** Allenamenti doppi che inizieranno in un secondo momento, saranno sempre su convocazione a discrezione dell'allenatore di riferimento (orari ufficiali e data di partenza verranno ufficializzati il prima possibile).

*** Palestra solo Peluso

LUNEDÌ

Catullo (Gorgonzola)

6:00-8:00**

Chiodi (Bresso)

6:00-8:00**

(Mecenate)

15:00-16:00 Palestra*

16:00-18:00 Acqua

MARTEDÌ

Catullo (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra*

Chiodi (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

MERCOLEDÌ

Catullo (Gorgonzola)

6:00-8:00**

Chiodi (Bresso)

6:00-8:00**

Catullo (Mecenate)

15:00-16:00 Palestra*

16:00-18:00 Acqua

Chiodi (Mecenate)

18:00-20:00 Acqua

GIOVEDÌ

Catullo (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra*

Chiodi (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

VENERDÌ

(Mecenate)

15:00-16:00 Palestra*

16:00-18:00 Acqua

SABATO

Catullo (Gorgonzola)

15:00-17:00 Acqua

17:15-18:15 Palestra*

Chiodi (Bresso)

15:00-16:00 Palestra

16:00-18:00 Acqua

* Palestra su convocazione, a discrezione dell'allenatore che informerà direttamente l'atleta (chiedere direttamente all'allenatore referente per eventuali dubbi).

** Allenamenti doppi che inizieranno in un secondo momento, saranno sempre su convocazione a discrezione dell'allenatore di riferimento (orari ufficiali e data di partenza verranno ufficializzati il prima possibile).

GORGONZOLA

LUNEDÌ

Acqua 18:00 - 19:30

Secco 19:30 - 20:00

MARTEDÌ

Acqua 18:00 - 20:00

Secco 20:00 - 20:30

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

Acqua 18:00 - 20:00

Secco 20:00 - 20:30

VENERDÌ

Acqua 18:00 - 19:30

Secco 19:30 - 20:00

SABATO

Acqua 10:00 - 12:00

Secco 12:00 - 12:30

BRESSO

LUNEDÌ

Acqua 18:00 - 19:30

Palestra 17:30 - 18:00

MARTEDÌ

Acqua 18:00 - 20:00

Palestra 17:30 - 18:00

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

Acqua 18:00 - 20:00

Palestra 17:30 - 18:00

VENERDÌ

Acqua 18:00 - 19:30

Palestra 17:30 - 18:00

SABATO

Acqua 10:00 - 12:00

Palestra 9:30 - 10:00

GORGONZOLA

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

Acqua 18:00 - 19:30

Secco 19:30 - 20:00

Acqua 18:00 - 19:30

Secco 19:30 - 20:00

Acqua 18:00 - 19:30

Secco 19:30 - 20:00

Acqua 10:00 - 11:30

Secco 11:30 - 12:00

BRESSO

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

Acqua 18:00 - 19:30

Palestra 17:30 - 18:00

Acqua 18:00 - 19:30

Palestra 17:30 - 18:00

Acqua 18:00 - 19:30

Palestra 17:30 - 18:00

Acqua 10:00 - 11:30

Palestra 9:30 - 10:00
