

## Orari Allenamenti Estate 2023

**dal 29 maggio al 01 giugno**

<u>Categoria</u>	<u>Lunedì 29/05</u>	<u>Martedì 30</u>	<u>Mercoledì 31</u>	<u>Giovedì 1/06</u>	<u>Venerdì 2</u>
<b>Esordienti C</b>	17:00 - 18:40		17:00 - 18:40	Nuota Con Noi	---
		17:00 - 18:40			
<b>Esordienti B1</b>	17:00 - 18:40	17:00 - 18:40	17:00 - 18:40	Nuota Con Noi	---
<b>Esordienti B2</b>				18:30 - 20:30	
<b>Esordienti A</b>	18:40 - 20:20	17:00 - 18:40	17:00 - 18:40	18:30 - 20:30	---
<b>Rag-Jun-Sen</b>	18:40 - 20:20	18:40 - 20:20	17:00 - 18:40	16:30 - 18:30	---

<b>Legenda</b>		Cavina 10 c.	Cavina 6 c.	S. Giovanni P.	Vandelli
----------------	--	--------------	-------------	----------------	----------

- **Esordienti C:**
  - gruppi invariati fino a martedì 30/05
  - mercoledì 31/05 collegiale c/o Piscina Vandelli
  - giovedì 1/06 "Nuota Con Noi" c/o Piscina Idropolis SGP vasca 25mt.
- **Esordienti B:**
  - allenamenti invariati lunedì 29/05 e mercoledì 31/05
  - martedì 30/05 tutti c/o Piscina Cavina
  - giovedì 1/06 **B1** "Nuota Con Noi" vasca 25mt. SGP - **B2** allenamento vasca 50mt. SGP
- **Esordienti A:**
  - allenamenti invariati fino a mercoledì 31/05
  - giovedì 1/06 tutti c/o Piscina Idropolis SGP vasca 50mt.
- **Rag-Jun-Sen:**
  - gruppi invariati fino a mercoledì 31/05
  - giovedì 1/06 tutti c/o Piscina Idropolis SGP vasca 50mt.

**Dirigenti e Tecnici  
Nuoto Sprint Borgo**

>> seguono orari dal 5 giugno

## dal 5 giugno al 7 luglio

Categoria	Lunedì 5	Martedì 6	Mercoledì 7	Giovedì 8	Venerdì 9
Es. C + Leve	17:30 - 19:00	---	18:30 - 20:00	17:30 - 19:00	---
Esordienti B	18:30 - 20:30	17:30 - 19:00	17:30 - 19:00	18:30 - 20:30	---
Esordienti A	16:00 - 17:30	17:30 - 19:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	16:30 - 18:30
Rag-Jun-Sen	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	Italiani UISP

Categoria	Lunedì 12	Martedì 13	Mercoledì 14	Giovedì 15	Venerdì 16
Es. C + Leve	17:30 - 19:00	---	18:30 - 20:00	Italiani UISP	Italiani UISP
Esordienti B	18:30 - 20:30	17:30 - 19:00	17:30 - 19:00	Italiani UISP	Italiani UISP
Esordienti A	16:00 - 17:30	17:30 - 19:30	16:00 - 17:30	Italiani UISP	Italiani UISP
Rag-Jun-Sen	16:00 - 17:30		YC 4^tappa	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30

Categoria	Lunedì 19	Martedì 20	Mercoledì 21	Giovedì 22	Venerdì 23
Es. C + Leve	17:30 - 19:00	---	18:30 - 20:00	17:30 - 19:00	---
Esordienti B	18:30 - 20:30	17:30 - 19:00	17:30 - 19:00	18:30 - 20:30	---
Esordienti A	16:00 - 17:30	17:30 - 19:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30
Rag-Jun-Sen	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30

Categoria	Lunedì 26	Martedì 27	Mercoledì 28	Giovedì 29	Venerdì 30
Es. C + Leve	17:30 - 19:00	---	18:30 - 20:00	17:30 - 19:00	---
Esordienti B	18:30 - 20:30	17:30 - 19:00	17:30 - 19:00	18:30 - 20:30	---
Esordienti A	16:00 - 17:30	17:30 - 19:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30
Rag-Jun-Sen	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30

Categoria	Lunedì 3/07	Martedì 4	Mercoledì 5	Giovedì 6	Venerdì 7
Es. C + Leve	---	---	---	---	---
Esordienti B	---	---	---	---	---
Esordienti A*	18:30 - 20:30	Finali CREA	Finali CREA	Finali CREA	18:30 - 20:30
Rag-Jun-Sen*	18:30 - 20:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30	18:30 - 20:30

Legenda		Cavina 10 c.	Cavina 6 c.	S. Giovanni P.	

• **Esordienti A + Rag-Jun-Sen:**

- da lunedì 5/06 allenamenti congiunti (tranne durante i Campionati Nazionali UISP)
- nella giornata di Martedì suddivisione in due gruppi (gruppo1 ore 17:30 – gruppo2 ore 18:30)

\* da lunedì 10/07 a venerdì 14/07 gli allenamenti sono da confermare in base alle presenze degli atleti