

Orari Allenamenti Estivi Dal 1 giugno al 22 giugno

Categoria	Venerdì 1
Esordienti C	---
Esordienti B	17.00 – 18.40
Esordienti A	17.00 – 18.40
Grandi	18.40 – 20.20

Categoria	Lunedì 4	Martedì 5	Mercoledì 6	Giovedì 7	Venerdì 8
Esordienti C	17.00 – 18.30	---	17.00 – 18.30	---	Nuota con Noi
Esordienti B	18.30 – 20.00	YOGA 17.30	18.30 – 20.00	17.00 – 18.30	Nuota con Noi
Esordienti A*	19.00 – 21.00	YOGA 17.30	15.30 – 17.00	19.10 – 20.40	19.00 – 21.00
Esordienti A	15.30 – 17.00**	YOGA 17.30	15.30 – 17.00**	19.10 – 20.40	17.00 – 18.30
Grandi gr.1	19.00 – 21.00	19.10 – 20.40	---	---	19.00 – 21.00
Grandi gr.2	15.30 – 17.00	19.10 – 20.40	---	---	17.00 – 18.30

Categoria	Lunedì 11	Martedì 12	Mercoledì 13	Giovedì 14	Venerdì 15
Esordienti C	17.00 – 18.30	---	17.00 – 18.30	---	17.00 – 18.30
Esordienti B	18.30 – 20.00	17.00 – 18.30	18.30 – 20.00	---	17.00 – 18.30
Esordienti A*	19.00 – 21.00	18.30 – 20.00	19.00 – 21.00	18.30 – 20.00	19.00 – 21.00
Esordienti A	15.30 – 17.00	18.30 – 20.00	15.30 – 17.00	18.30 – 20.00	18.30 – 20.00
Grandi gr.1	21.00 – 22.30	20.00 – 21.30	21.00 – 22.30	21.00 – 22.30	18.30 – 20.00
Grandi gr.2	15.30 – 17.00	20.00 – 21.30	---	---	18.30 – 20.00

Categoria	Lunedì 18	Martedì 19	Mercoledì 20	Giovedì 21	Venerdì 22
Esordienti C	17.00 – 18.30	---	17.00 – 18.30	---	(Italiani UISP)
Esordienti B	18.30 – 20.00	17.00 – 18.30	18.30 – 20.00	17.00 – 18.30	(Italiani UISP)
Esordienti A*	15.30 – 17.00	18.30 – 20.00	(Italiani UISP)	Italiani UISP	Italiani UISP
Esordienti A	15.30 – 17.00	18.30 – 20.00	(Italiani UISP)	Italiani UISP	Italiani UISP
Grandi gr.1	21.00 – 22.30	20.00 – 21.30	(Italiani UISP)	Italiani UISP	Italiani UISP
Grandi gr.2	15.30 – 17.00	20.00 – 21.30	(Italiani UISP)	Italiani UISP	Italiani UISP

Legenda	Vasca esterna	Vasca interna	Piscina Stadio

- Per gli **Esordienti A** seguiranno comunicazioni degli allenatori ad indicare gli atleti del gruppo **A*** ovvero i finalisti ai Campionati Regionali Estivi FIN (** esordienti A1 femmine si alleneranno con gli esordienti B)
- Per i **Grandi** seguire la seguente suddivisione:
 - Gruppo 1: Stefanini Simone, Vallini Marcello, Federici Andrea, Tamarri Nicola, Fantoni Davide, Martinelli Tommaso, Candini Sabrina
 - Gruppo 2: Valentini Mattia, Notari Giacomo, Cavina Greta, Vallini Arianna, Balboni Silvia, Poltrini Eleonora

N.B. L'accesso agli spogliatoi è consentito **SOLAMENTE 15 MINUTI PRIMA** dell'orario di inizio.

Nuoto Sprint Borgo

Per gli atleti che prepareranno l'attività in Acque Libere seguiranno informazioni direttamente dagli allenatori

In collaborazione con:	 <p>ATTREZZATURE IMPIANTI SPECIALI INOSSIDABILI</p>	<p>Via G. Bastia, 3-5 40012 CALDERARA DI RENO (Bologna) Tel. 051.6463040 - Fax 051.728760 Sito: www.aisinox.it E-mail: info@aisinox.it - aisinox@gmail.com C.F. / Partita IVA 02894841200</p>
------------------------	--	--