

	Cdf U18 - PRATO				SEVEN CON ANDY VILK PARTITA ALLENAMENTO CON UNION U18			
	Ottobre 2 – 6 S.S. 2017-18 I ciclo							

LUNEDI'	2	MARTEDI'	3	MERCOLEDI'	4	GIOVEDI'	5	VENERDI'	6
ORE 7,15 colazione per tutti		ORE 6,30 AVANTI PALESTRONE ORE 7,15 colazione per tutti		ORE 7,15 colazione per tutti		6,15 PALESTRA ORE 7,15 colazione per tutti		Ore 7,15 colazione tutti	
SCUOLA		SCUOLA		SCUOLA		SCUOLA		SCUOLA	
PRANZO		PRANZO		PRANZO		PRANZO		PRANZO	
14,30 CHECK FISIO		14,30 FISIO		14,30 FISIO		14,30 FISIO			
STUDIO 14,30-16.00				STUDIO 14,30-15.45		STUDIO 14,30-15.45			
ORE 16,15 PARTENZA BUS IOLO		ORE 15,15 PARTENZA A PIEDI GISPI		16,00 PARTENZA BUS IOLO		ORE 15,00 PALESTRA GRUPPO ESIGENZA		RIENTRO CLUB	
PALESTRA REPARTI + COLLETTIVO		SEVEN TUTTI I TRE QUARTI + RIZZUTI E GIUFFRE'. AVANTI MO		ALLENAMENTO/PARTITA UNION PRATO U18		ORE 16,00 BUS direzione GISPI via Capponi 53 REPARTI COLLETTIVO			
ORE 19,15 BUS RIENTRO		ORE 18,15 BUS		ORE 19,15 BUS		ORE 18,30 RIENTRO PIEDI			
		ORE 18,30 STUDIO							
19,50 CENA		20.00 CENA		19,50 CENA		19,50 CENA			
22:00 Dormire		22:00 Dormire		22,00 dormire		22,00 dormire			

DUTY BOYS: PALLONI PER RUOLO, DE ANGELIS – DEL BONO