

PROGRAMMA SETTIMANALE 9/04 - 13/04



DUTY BOYS: JELIC, BATISTA

	MATTINO	POMERIGGIO	SERA
LUNEDÌ 9	ORE 7.15 - COLAZIONE	ORE 14.00 - FISIO	ORE 20.00 CENA
	ORE 8.00 - 14.00 - SCUOLA	ORE 14.30 - 16.00 STUDIO	ORE 20.30 - 22.00 tempo libero
	ORE 14.00 - PRANZO	ORE 16.45 PARTENZA BUS IOLO	ORE 22.00 - DORMIRE
		ORE 16.00 - 19.00 allenamento collettivo + pesi	
		ORE 19.45 RIENTRO BUS	
MARTEDÌ 10	ORE 7.15 - COLAZIONE	ORE 14.00 - FISIO	ORE 20.00 CENA
	ORE 8.00 - 14.00 - SCUOLA	ORE 15.45 PARTENZA BUS GISPI	ORE 20.30 - 22.00 tempo libero
	ORE 14.00 - PRANZO	ORE 16.00 - 17.45 allenamento collettivo	ORE 22.00 - DORMIRE
		ORE 18.00 RIENTRO BUS	
		18.30 - 20.00 studio	
MERCOLEDÌ 11	ORE 7.15 - COLAZIONE	ORE 14.00 - FISIO	ORE 20.00 CENA
	ORE 8.00 - 14.00 - SCUOLA	ORE 14.30 - 16.30 STUDIO	ORE 20.30 - 22.00 tempo libero
	ORE 14.00 - PRANZO	ORE 18.15 PARTENZA BUS IOLO	ORE 22.00 - DORMIRE
		ORE 18.45 - 20.00 ALL. CONGIUNTO CURPS	
		ORE 20.30 RIENTRO BUS	
NOTE: ASA ORE 16.15 CAMPO DI COIANO			
GIOVEDÌ 12	ORE 7.15 - COLAZIONE	ORE 14.00 - FISIO	ORE 20.00 CENA
	ORE 8.00 - 14.00 - SCUOLA	ORE 15.45 PARTENZA BUS GISPI	ORE 20.30 - 22.00 tempo libero
	ORE 14.00 - PRANZO	ORE 16.00 - 17.45 allenamento collettivo	ORE 22.00 - DORMIRE
		ORE 18.00 RIENTRO BUS	
		18.30 - 20.00 studio	
VENERDÌ 13	ORE 7.15 - COLAZIONE	RIENTRO AI CLUB	
	ORE 8.00 - 14.00 - SCUOLA		
	ORE 14.00 - PRANZO		

