Lunedì 8		Martedì 9		Mercoledì 10		Giovedì 11		Venerdì 12	
			COMUNICARE TRENI W/E						
			ENTRO LE 21:00	6:00	PALESTRA				
7:15	COLAZIONE	7:15	COLAZIONE	7:15	COLAZIONE	7:15	COLAZIONE	7:15	COLAZIONE
	SPUNTINO		SPUNTINO		SPUNTINO		SPUNTINO		SPUNTINO
	PRANZO leggero		PRANZO leggero		PRANZO leggero		PRANZO leggero		PRANZO
	almeno 2h prima allenamento		almeno 2h prima allenamento		almeno 2h prima allenamento		almeno 2h prima allenamento		
				14:00	STUDIO				RITORNO A CASA
14:30	**SALA FISIO: check in**	15:45	partenza bus GISPI DENTI			15:15	Gruppo Palestra/video-skills		
	STUDIO		reparto (30')	15:45	partenza bus IOLO CHERSONI	16:30	cambio		
			rugby (40')	16:30	Rugby	17:30	**chiusura**		
16:20	partenza bus IOLO CHERSONI	17:40	doccia		PFA	opo all.	**STUDIO**		
	situazioni collettive	18:15	rientro bus			16:30	ASA 2003		
19:30	rientro bus	18:30	STUDIO	19:00	rientro bus				
									Allenamento proprio Club
20:00	CENA	20:00	CENA	19:30	CENA	20:00	CENA		
20:45	tempo libero /riunione		tempo libero	20:00	**STUDIO**		eventuale USCITA		
22:00	Dormire	22:00	Dormire	22:30	Dormire	23:00			
NOTTE	EDOARDO		EDOARDO		EDOARDO		EDOARDO		
									notte domenica 14
									STEFANO
									MINUTAGGI
									ENTRO LE 18:00