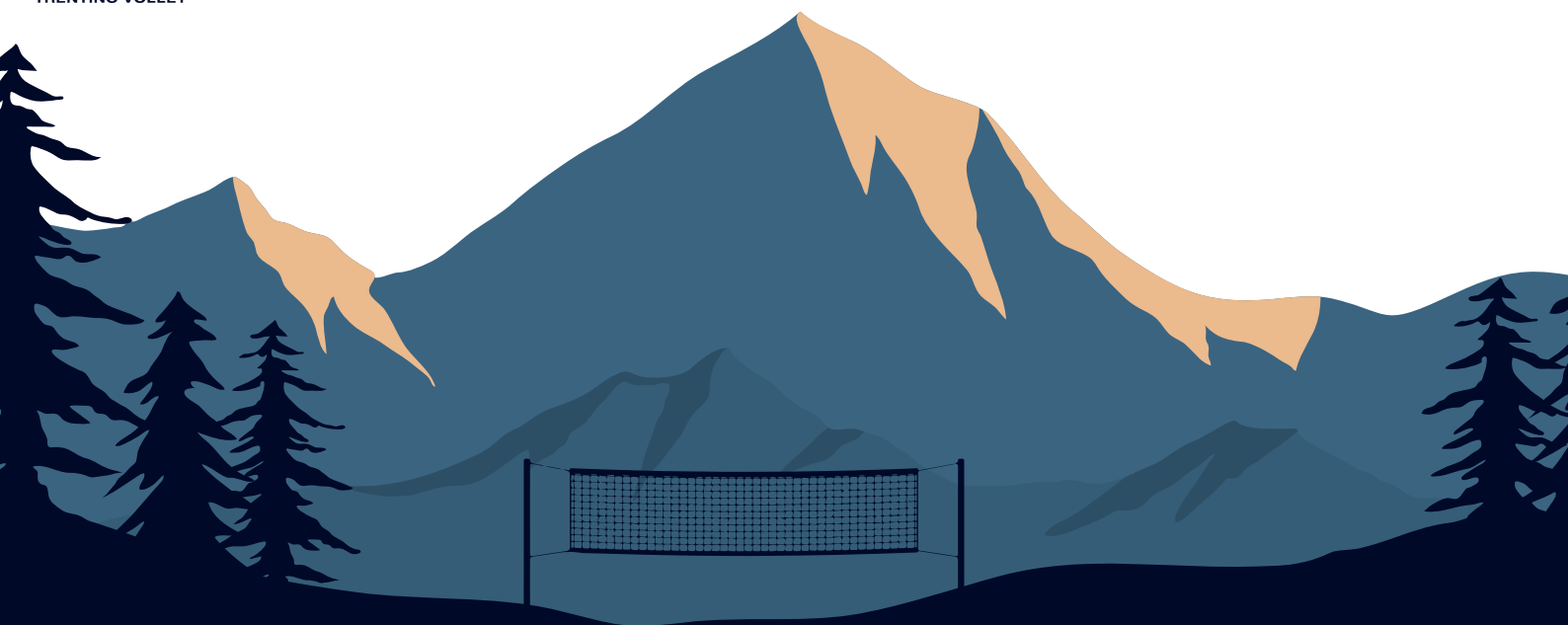




WE IN VALSUGANA

PROGRAMMA DI ALLENAMENTO A BORGO VALSUGANA

VENERDI' 25 AGOSTO

ore 10.00 - 12.00: seduta pesi / seduta tecnica presso il Palazzetto dello Sport di Via Gozzer

ore 17.00 - 19.00: allenamento su campi da beach volley

SABATO 26 AGOSTO

ore 9.00 - 10.30: lavoro presso la piscina coperta

ore 16.00 - 18.30: tecnica presso il Palazzetto dello Sport di Via Gozzer

DOMENICA 27 AGOSTO

ore 9.00 - 12.00: seduta pesi / seduta tecnica presso il Palazzetto dello Sport di Via Gozzer

ore 16.00 - 18.30: allenamento su campi da beach volley