

# A.S.D. NUOTO VALDINIEVOLE

## “CATEGORIA” NUOTO - Stagione 2017/2018 ORARIO ALLENAMENTI

### “Ragazzi”

**LUNEDI' e GOVEDI' (Monsummano)**

ore 15,00 – 17,00 (NUOTO)

ore 17,00 – 18,00 (PALESTRA)

**MARTEDI' e VENERDI'(Larciano)**

ore 14,45 – 15,00 (attività a secco)

ore 15,00 – 17,00 (NUOTO)

**MERCOLEDI' (Monsummano)**

ore 15,00 – 17,00 (NUOTO)

**SABATO (Larciano)**

ore 15,00 – 17,00 (NUOTO)

### “Juniores/Cadetti/Seniores” (+ 3° anno “Ragazzi” maschi)

**LUNEDI' e GOVEDI' (Monsummano)**

ore 15,00 – 17,00 (NUOTO)

ore 17,00 – 18,00 (PALESTRA)

**MARTEDI' e VENERDI'(Larciano)**

ore 14,45 – 15,00 (attività a secco)

ore 15,00 – 17,00 (NUOTO)

**MERCOLEDI' (Monsummano)**

ore 15,00 – 17,30 (NUOTO)

**SABATO (Larciano)**

ore 15,00 – 17,30 (NUOTO)

### “Silver”

**MARTEDI' e VENERDI'(Monsummano)**

ore 20,00 – 20,30 (attività a secco)

ore 20,30 – 22,00 (NUOTO)

**MERCOLEDI' (Monsummano)**

ore 19,00 – 21,00 (NUOTO)