



**ORARI E GIORNI ALLENAMENTO  
VACANZE AUTUNNALI (2 – 6 NOVEMBRE 2009)**

**PISCINA LIDO DI LUGANO (PALLONE)**

<b>Gruppo</b>	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>U9</b>	-	-	17.15 – 18.45	-	-
<b>U11 *</b>	17.15 – 18.45	-	-	17.15 – 18.45	17.15 – 18.45
<b>U13</b>	17.15 – 18.45	-	-	17.15 – 18.45	17.15 – 18.45
<b>U15</b>	17.15 – 18.45	-	17.15 – 18.45	-	17.15 – 18.45
<b>U17/19/PWL **</b>	19.00 – 20.30	-	19.00 – 20.30	19.00 – 20.30	19.00 – 20.30

\* *per i ragazzi U11 l'allenamento è facoltativo; chi lo desidera potrà allenarsi con il gruppo U13;*

\*\* *per i ragazzi più grandi l'indicazione dei giorni è indicativa; l'allenatore informerà gli atleti lunedì su quali giorni sono confermati e quali invece no .*