



Programma mensile allenamenti CRGR: febbraio 2016



Data	Giorno	Luogo	Tina	Naima	Lara	Lena	Silvia	Kristel	Alissa	Federica	Osservazioni
1	lunedì	Losone	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:00	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	Silvia- Lella
2	martedì	Losone	15:30-20:00	15:30-20:00	15:30-20:00	15:30-19:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	Silvia – Lella
3	mercoledì	Losone	12:15:17:15	12:15:17:15	12:15:17:15	12:15:16:15	12:15:17:15	12:15:16:15	12:15:16:15	12:15:16:15	Silvia- Lella (visita Iliana e Mariela)
4	giovedì	Losone	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	
5	venerdì	Losone	16:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	Silvia – Billy
6	sabato	Losone	09:00-15:00	09:00-15:00	09:00-15:00	09:00-14:00	09:00-15:00	09:00-13:00	09:00-14:00	09:00-13:00	Silvia – Giovanna
7	domenica		libero	libero	libero	libero	libero	Test AK 9/10	Test AK 9/10	Test AK 9/10	Silvia – Billy
8	lunedì	Losone	10.00- 16:30	10.00- 16:30	10.00- 16:30	10.00- 16:30	10.00- 16:30	libero	libero	libero	Silvia- Lella
9	martedì	Losone	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-14:30	09:30-14:30	09:30-14:30	Silvia – Lella
10	mercoledì	Losone	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-14:30	09:30-14:30	09:30-14:30	Silvia – Lella
11	giovedì	Losone	Test	Test	Test	libero	libero	09:30-14:30	09:30-14:30	09:30-14:30	Billy
12	venerdì	Losone	12:30-16:30	12:30-16:30	12:30-16:30	10.00- 16:30	10.00- 16:30	10.00-14:30	10.00-14:30	10.00-14:30	Silvia – Billy
13	sabato	Losone	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	
14	domenica		libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	



Programma mensile allenamenti CRGR: febbraio 2016



Data	Giorno	Luogo	Tina	Naima	Lara	Lena	Silvia	Kristel	Alissa	Federica	Osservazioni
15	lunedì	Losone	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:00	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	Silvia- Lella
16	martedì	Losone	15:30-20:00	15:30-20:00	15:30-20:00	15:30-19:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	Silvia – Lella
17	mercoledì	Losone	12:15:17:15	12:15:17:15	12:15:17:15	12:15:16:15	12:15:17:15	12:15:16:15	12:15:16:15	12:15:16:15	Silvia – Lella
18	giovedì	Losone	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	
19	venerdì	Losone	16:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	Silvia – Billy
20	sabato	Losone	09:00-15:00	09:00-15:00	09:00-15:00	09:00-14:00	09:00-15:00	09:00-13:00	09:00-14:00	09:00-13:00	Silvia – Giovanna
21	domenica		libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	
22	lunedì	Losone	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:00	17:30-20:30	17:30-20:30	libero	17:30-20:30	Silvia- Lella
23	martedì	Losone	15:30-20:00	15:30-20:00	15:30-20:00	15:30-19:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	17:30- 20:00	Silvia – Lella
24	mercoledì	Losone	12:15:17:15	12:15:17:15	12:15:17:15	12:15:16:15	12:15:17:15	12:15:16:15	12:15:16:15	12:15:16:15	Silvia – Lella
25	giovedì	Losone	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	recupero	
26	venerdì	Losone	16:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	Silvia – Billy
27	sabato	Losone	09:00-15:00	09:00-15:00	09:00-15:00	09:00-14:00	09:00-15:00	09:00-13:00	09:00-14:00	09:00-13:00	Silvia – Billy
28	domenica		libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	
29	lunedì	Losone	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:30	14:30:19:00	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	17:30-20:30	Silvia- Lella

Attenzione: il presente programma è provvisorio e potrà subire delle modifiche