



Programma mensile allenamenti CRGR: febbraio 2015



Data	Giorno	Luogo	Alice	Tina	Naima	Lara	Gilda	Lena	Chiara	Silvia	Kristel	Lea	Alissa	Osservazioni
1	domenica		libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	
2	lunedì	Losone	16:00-20:30	16:00-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	17:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	libero	16:30-19:30	libero	libero	Silvia – Lella
3	martedì	Losone	17:30-20:30	16.45-20.30	15.30-20.30	15.30-20.30	libero	16.30-20.30	16.30-20.30	17.15-20.30	17:15-20:30	17:15-20:30	17:15-20:30	Silvia – Lella- Arianna
4	mercoledì	Losone	libero	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-16:15	12:15-16:15	12:15-17:15	libero	libero	libero	Silvia – Lella
5	giovedì	Losone	16.45-19.45	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	16.45-19.45	16.45-19.45	17:00-19.45	Billy
6	venerdì	Losone	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16:30-20:30	16:30-20:30	17.15-20.30	16.30-20.00	libero	libero	Silvia – Arianna
7	sabato	Losone	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	09:00- 13:30	09:00- 13:30	9.00-15.00	09:00- 13:30	09:00-12:00	09:00-12:30	Billy
8	domenica		libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	Silvia- Billy
9	lunedì	Losone	16:00-20:30	16:00-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	17:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	17:15-20:30	16:30-19:30	libero	libero	Silvia – Lella
10	martedì	Losone	17:30-20:30	16.45-20.30	15.30-20.30	15.30-20.30	libero	16.30-20.30	16.30-20.30	17.15-20.30	17:15-20:30	17:15-20:30	17:15-20:30	Silvia – Lella- Arianna
11	mercoledì	Losone	libero	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-16:15	12:15-16:15	12:15-17:15	libero	libero	libero	Silvia – Lella
12	giovedì	Losone	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	16.45-19.45	16.45-19.45	17:00-19.45	Billy
13	venerdì	Losone	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16:30-20:30	16:30-20:30	17.15-20.30	16.30-20.00	libero	libero	Silvia – Arianna
14	sabato	Losone	9.00-15.00	9.00-14.00	9.00-14.00	9.00-14.00	9.00-15.00	09:00- 12:30	09:00- 12:30	9.00-15.00	09:00- 13:30	09:00-12:00	09:00-12:30	Silvia- Billy
15	domenica	Macolin	libero	Test AK 11/12/13	Test AK 11/12/13	Test AK 11/12/13	libero	Test AK 11/12/13	Test AK 11/12/13	libero	libero	libero	libero	Silvia – Lella



Programma mensile allenamenti CRGR: febbraio 2015

Data	Giorno	Luogo	Alice	Tina	Naima	Lara	Gilda	Lena	Chiara	Silvia	Kristel	Lea	Alissa	Osservazioni
16	lunedì	Losone	09:30 -16:30	12:30 -16:30	12:30 -16:30	12:30 -16:30	09:30 -16:30	12:30 -16:30	12:30 -16:30	09:30-15:30	09:30-14:30	09:30-14:30	09:30-14:30	Silvia - Lella
17	martedì	Losone	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-14:30	libero	libero	Silvia - Lella- Arianna
18	mercoledì	Losone	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-14:30	libero	libero	Silvia - Lella
19	giovedì	Losone	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	
20	venerdì	Losone	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30 -16:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-15:30	09:30-14:30	09:30-12:30	09:30-12:30	Silvia - Arianna
21	sabato	Losone	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	09:00- 13:30	09:00- 13:30	9.00-14.00	09:00- 13:00	09:00-12:30	09:00-12:30	Silvia - Lella
22	domenica	Macolin	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	Test AK 9/10	Test AK 9/10	libero	libero	Silvia- Billy
23	lunedì	Losone	16:00-20:30	16:00-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	17:30-20:30	16:30-20:30	16:30-20:30	libero	libero	libero	libero	Silvia - Lella
24	martedì	Losone	17:30-20:30	16.45-20.30	15.30-20.30	15.30-20.30	libero	16.30-20.30	16.30-20.30	17.15-20.30	17:15-20.30	17:15-20.30	17:15-20.30	Silvia - Lella- Arianna
25	mercoledì	Losone	libero	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-17:15	12:15-16:15	12:15-16:15	12:15-17:15	libero	libero	libero	Silvia - Lella
26	giovedì	Losone	16.45-19.45	libero	libero	libero	libero	libero	libero	libero	16.45-19.45	16.45-19.45	17:00-19.45	Billy
27	venerdì	Losone	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16.30-20.30	16:30-20:30	16:30-20:30	17.15-20.30	16.30-20.00	libero	libero	Silvia - Arianna
28	sabato	Losone	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	9.00-15.00	09:00- 13:30	09:00- 13:30	9.00-15.00	09:00-13:30	09:00-12:00	09:00-12:30	Silvia- Billy

Arbedo	30.01.2015
Attenzione: il presente programma è provvisorio e potrà subire delle modifiche	