

# PROGRAMMA SETTIMANALE ALLENAMENTI

Stagione 2012

B livello base  
I liv. intermedio  
A liv. avanzato

LUNEDI

MARTEDI

MERCOLEDI

GIOVEDI

VENERDI

SABATO

PALA BEACH  
ANCONA  
PIETRALACROCE

18.00-19.00 B/I  
19.00-20.00 I  
20.00-21.00 A  
21.00-22.00 A

10.00-11.00 B/I  
11.00-12.00 I  
12.00-13.00 I



PALA BEACH  
CIVITANOVA  
MARCHE

19.30-20.30 I  
20.30-21.30 I  
21.30-22.30 B/I

16.00-17.00 I  
17.00-18.00 I

10.00-11.00 B/I  
11.00-12.00 I/A

PALA BEACH  
LUCREZIA  
(FANO)

18.30-19.30 B/I  
19.30-20.30 I  
20.30-21.30 A  
21.30-22.30 A