

Programma estivo-autunnale 2011

MAGGIO			GIUGNO			LUGLIO			AGOSTO			SETTEMBRE			
D 1			M 1	F	F	V 1	F	F	L 1			G 1			
L 2			G 2	F	F	S 2	F	F	M 2			V 2	F	F	
M 3			V 3			D 3			M 3			S 3	F	F	
M 4			S 4	TEST CARLOS		L 4	F	F	G 4	F	F	D 4		F	
G 5			D 5			M 5	F	F	V 5	F	F	L 5	A	A	
V 6			L 6	F	F	M 6	F	F	S 6	F	F	M 6	Indoor di Landgraaf f (NL)	Indoor di Landgraaf f (NL)	
S 7			M 7	F	F	G 7			D 7			M 7		Per tutti i gruppi a disposizione un allenatore	
D 8			M 8	F	F	V 8	F	F	L 8	F	F	G 8			
L 9	F	F	M 9			S 9	F	F	M 9	F	F	V 9			
M 10	F	F	G 10	F	F	D 10	A	A	M 10	F	F	S 10			
M 11	F	F	S 11	F	F	L 11			G 11			D 11			
G 12	F	F	D 12	A	A	M 12	Les 2 Alpes	Les 2 Alpes	V 12	F	F	L 12			
V 13	F	F	L 13	Stubai	Stubai	M 13			S 13	F	F	M 13			
S 14			M 14	Stubai	Stubai	G 14			D 14			M 14		Uscita CAE	
D 15			M 15			V 15			L 15			G 15			
L 16	F	F	G 16	F	F	S 16			M 16	A	A	V 16			
M 17	F	F	V 17	F	F	D 17			M 17	Indoor di Landgraaf f (NL)	Indoor di Landgraaf f (NL)	S 17	F	F	
M 18	F	F	S 18	F	F	L 18			G 18			D 18	F	F	
G 19	F	F	D 19	F	F	M 19			V 19	Indoor di Landgraaf f (NL)	Indoor di Landgraaf f (NL)	L 19	Inizio indicativo scuola		
V 20	F	F	L 20	A	A	M 20			S 20			M 20			
S 21	A	A	M 21			G 21			D 21			M 21	F	F	
D 22	Stubai	Stubai	M 22	Stelvio	Stelvio	V 22			L 22	F	F	G 22	F	F	
L 23			G 23	Stelvio	Stelvio	S 23	A	A	M 23	F	F	V 23			
M 24			V 24			D 24	Les 2 Alpes	Les 2 Alpes	M 24	F	F	S 24		F	
M 25	F	F	S 25			L 25			G 25		Uscita CAE	D 25		F	
G 26	F	F	D 26			M 26			V 26	F	F	L 26			
V 27	F	F	L 27	A	A	M 27	Les 2 Alpes	Les 2 Alpes	S 27	TEST CARLOS			M 27	A	A
S 28	A	A	M 28	Stelvio	Stelvio	G 28			D 28			M 28	Stelvio	Stelvio	
D 29	Stubai	Stubai	M 29			V 29			L 29	F	F	G 29			
L 30			G 30			S 30			M 30	F	F	V 30			
M 31			D 31			D 31			M 31	F	F				
	A1	A2	B		A1	A2	B		A1	A2	B		A1	A2	B
Periodo estivo-autunnale															

Legenda:

Gruppo A1 = gruppo giovani + ragazzi/allievi A
Gruppo A2 = gruppo ragazzi/allievi B
Gruppo B = gruppo baby/cuccioli

Direttore tecnico: Maurizio Marcacci


Allenatori: Jari Lenzi, Emanuele Pellesi, Luigi Marcacci, Claudio Vivarelli

Categorie:

Baby: 2004/2003 }
Cuccioli: 2002/2001 }
Ragazzi: 2000/1999 }
Allievi: 1998/1997 }
Giovani: Aspiranti: 1996/1995 }
 Juniores: 1994/93/92 }

OTTOBRE				NOVEMBRE				DICEMBRE				GENNAIO				
S	1			M	1	Tutti santi		G	1	A		D	1	BUON ANNO!!!		
D	2			M	2			V	2	Stubai		L	2	Corno	Corno	Corno
L	3			G	3			S	3		Stubai	M	3	Corno	Corno	Corno
M	4		S. Petronio	V	4			D	4	Stubai		M	4	Corno	Corno	Corno
M	5	F	F	S	5			L	5			G	5	Corno	Corno	Corno
G	6	F	F	D	6			M	6			V	6	BEFANA		
V	7			L	7			M	7	Immacolata		S	7			
S	8	F	F	M	8	A	A	G	8	F	F	D	8			
D	9	F	F	M	9	Stubai	Stubai	L	9	F	F	L	9			
L	10	F	F	G	10	Stubai	Stubai	S	10	F	F	M	10			
M	11	F	F	V	11	Stubai	Stubai	D	11	F	F	M	11			
M	12			S	12	Stubai	Stubai	L	12	A	A	G	12			
G	13	F	F	D	13	Stubai	Stubai	M	13	M.te Croce	M.te Croc	V	13			
V	14	F	F	L	14			M	14			S	14			
S	15			M	15			G	15			D	15			
D	16			M	16			V	16	A		L	16			
L	17	A	A	G	17			S	17	MEMORIAL FOSSON (Pila)		M	17			
M	18	Stubai	Stubai	V	18			D	18	MEMORIAL FOSSON (Pila)		M	18			
M	19	Stubai	Stubai	S	19			L	19			G	19			
G	20	Stubai	Stubai	D	20	A	A	M	20			V	20			
V	21			L	21	Stubai	Stubai	M	21			S	21			
S	22	Gare World Cup GS Sölden		M	22	Stubai	Stubai	G	22	F	F	D	22			
D	23	Gare World Cup GS Sölden		M	23	Stubai	Stubai	V	23	F	F	L	23			
L	24			G	24	Stubai	Stubai	S	24	F	F	M	24			
M	25			V	25	Stubai	Stubai	D	25	Buon Natale!		M	25			
M	26			S	26			L	26			G	26			
G	27			D	27			M	27	Corno	Corno	V	27			
V	28			L	28			M	28	Corno	Corno	S	28			
S	29			M	29			G	29	Corno	Corno	D	29			
D	30			M	30			V	30	Corno	Corno	L	30			
L	31							S	31			M	31			
		A1	A2			A1	A2			A1	A2			A1	A2	
			B				B				B				B	
								Periodo invernale								

- A = giornata di arrivo
- F = preparazione fisica


 Nel periodo autunnale mancano diverse giornate:
 per saperle contattare il Direttore tecnico Maurizio Marcacci

Nel periodo invernale, indicativamente, durante la settimana, si faranno mediamente 3 gg. feriali d'allenamento + i FESTIVI

N.B.: il programma potrà essere soggetto a modifiche.