



PROGRAMMA

9 e 10 luglio 2001 – 2002

8 luglio arrivo entro le ore 16:30 presso HOTEL SONIA Località Domio a San Dorligo della Valle (TS)

- Registrazione
- Assegnazione camere
- Illustrazione programma
- Cena ore 20:00 / 20:30

9 luglio inizio attività

- Sveglia ore 8:00
- Colazione ore 8:30
- Partenza per il campo ore 9:00
- Seduta di allenamento mattutina ore 10:00
- Test fisici - Esercitazioni tecniche - Partite a tema
- Rientro in hotel
- Pranzo ore 12:30 – 13:00
- Riposo
- Partenza per il campo ore 15:30
- Seduta di allenamento pomeridiana ore 16:30
- Riscaldamento - partite
- Rientro in hotel
- Cena ore 20:00 / 20:30

10 luglio

- Sveglia ore 8:00
- Colazione ore 8:30
- Partenza per il campo ore 9:00
- Seduta di allenamento mattutina ore 10:00
- Test fisici - Esercitazioni tecniche - Partite a tema
- Rientro in hotel
- Pranzo ore 12:30 – 13:00
- Riposo
- Partenza per il campo ore 15:30
- Seduta di allenamento pomeridiana ore 16:30
- Riscaldamento - partite
- Rientro in hotel
- Liberi per partenza