

## PROGRAMMAZIONE TRIATHLON (PERIODO INVERNALE)

	ADULTI			GIOVANI(14/19ANNI)			GIOVANISSIMI (6/13ANI)		
LUNEDÌ	CORSA	20.00/21.00	PISTA ATLETICA/PALAZZETTO						
	NUOTO	21.15/22.30		NUOTO	14.30/16.00		NUOTO	17.35/18.30	
MARTEDÌ				CORSA	18.15/19.30	PISTA ATLETICA/PALAZZETTO	CORSA	18.15/19.30	PISTA ATLETICA/PALAZZETTO
MERCOLEDÌ	NUOTO	17.00/18.30							
GIOVEDÌ	CORSA	20.00/21.00	PISTA ATLETICA/PALAZZETTO						
	NUOTO	21.15/23.00					NUOTO	17.35/18.30	
VENERDÌ				CORSA	18.15/19.30	PISTA ATLETICA/PALAZZETTO	CORSA	18.15/19.30	PISTA ATLETICA/PALAZZETTO
SABATO	BICI	14.30/16.00		BICI	14.30/16.00		BICI		1 VOLTA AL MESE USCITA DEDICATA
DOMENICA	CORSE PODISTICHE PROGRAMMATE O CORSE CON RITROVO AL CENTRO SPORTIVO.								