



## Piano allenamenti dal 7.11.11 al 18.12.11

Sett	N°	Data	Giorno	Luogo	Programma	Orario
		07.11.2011	Lunedì			
	98	08.11.2011	Martedì	Tenero	allenamento	17:00
	99	09.11.2011	Mercoledì	Tenero	allenamento	17:00
45	100	10.11.2011	Giovedì	Lugano	CH U21 - Giorgia U21	19:00
	101	11.11.2011	Venerdì	Tenero	allenamento	17:00
	102	12.11.2011	Sabato	Tenero	allenamento	10:00
		13.11.2011	Domenica			
	103	14.11.2011	Lunedì	Tenero	allenamento	17:00
	104	15.11.2011	Martedì	Tenero	allenamento	17:00
	105	16.11.2011	Mercoledì	Tenero	allenamento	17:00
46	106	17.11.2011	Giovedì	Tenero	allenamento	17:00
		18.11.2011	Venerdì			
	107	19.11.2011	Sabato	Tenero	allenamento	10:00
	108	20.11.2011	Domenica	St. Gallo	da definire	
		21.11.2011	Lunedì			
	109	22.11.2011	Martedì	Tenero	allenamento	17:00
		23.11.2011	Mercoledì			
47	110	24.11.2011	Giovedì	Tenero	allenamento	17:00
	111	25.11.2011	Venerdì	Tenero	allenamento	17:00
		26.11.2011	Sabato			
		27.11.2011	Domenica			
		28.11.2011	Lunedì			
	112	29.11.2011	Martedì	Tenero	allenamento	17:00
		30.11.2011	Mercoledì			
48	113	01.12.2011	Giovedì	Tenero	allenamento	17:00
		02.12.2011	Venerdì			
	114	03.12.2011	Sabato	Tenero	allenamento	10:00
		04.12.2011	Domenica			
		05.12.2011	Lunedì			
	115	06.12.2011	Martedì	Tenero	allenamento	17:00
	116	07.12.2011	Mercoledì	Tenero	allenamento	17:00
49	117	08.12.2011	Giovedì	Tenero	allenamento	17:00
	118	09.12.2011	Venerdì	Tenero	allenamento	17:00
		10.12.2011	Sabato			
		11.12.2011	Domenica			
		12.12.2011	Lunedì			
	119	13.12.2011	Martedì	Tenero	allenamento	17:00
	120	14.12.2011	Mercoledì	Tenero	allenamento	17:00
50	121	15.12.2011	Giovedì	Tenero	allenamento	17:00
		16.12.2011	Venerdì			
	122	17.12.2011	Sabato	Tenero	Esamene diploma "C"	
		18.12.2011	Domenica			

Fernando Cocimano  
Salvatore Lombardo

076 453 7702  
079 722 9152

[fernandococimano@hotmail.com](mailto:fernandococimano@hotmail.com)  
[lombardo.83@hotmail.com](mailto:lombardo.83@hotmail.com)