

Allenamento triathleti dei gruppi "pesciolini rossi", "granchi", "rane"

Nuoto: ai tempi di allenamento del rispettivo gruppo

Ginnastica: giovedì ore 17.30 - 18.30

Le sessioni di **allenamento in bicicletta (MTB)** e di **corsa** iniziano a **marzo** e saranno comunicate in anticipo.

Gli orari di allenamento durante le **vacanze scolastiche** variano e saranno comunicati in tempo agli interessati.

Allenamento triathleti del gruppo "foche"

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
15.15-16.15 Corsa Ritrovo Acquarena	16.15-18.00 Nuoto	17.45-18.45 Ginnastica Palestra Fallmerayer (dal 11/10)	16.15-18.00 Nuoto	16.45-18.00 Nuoto	10.00-11.30 Corsa Ritrovo campo sportivo (dal 11/11)
16.30-18.00 Nuoto					

Gli allenamenti in **bicicletta (MTB)** iniziano a **marzo** e saranno comunicati in anticipo.

Gli orari di allenamento durante le **vacanze scolastiche** variano e saranno comunicati in tempo agli interessati.