

## UNINUOTO piscina di CARPI

---

---

si ricorda che per tutte le categorie:

LEVE - ES C AQUADEMY

GLI ALLENAMENTI TERMINERANNO VENERDI' 07 GIUGNO 2019

---

---

### ORARI ALLENAMENTI PISCINA DI CARPI

da LUNEDI' 10 GIUGNO 2019 a MERCOLEDI' 19 GIUGNO 2019

#### Esordienti "B"

	pomeriggio	
Lunedì	15,20 - 17,00	vasca 25
Mercoledì	15,20 - 17,00	vasca 25
Venerdì	15,20 - 17,00	vasca 25

---

---

### ORARI ALLENAMENTI PISCINA DI CARPI

da LUNEDI' 10 GIUGNO 2019 a GIOVEDI' 04 LUGLIO 2019

#### Esordienti "A"

	mattino	pomeriggio	
Lunedì	8,00 - 10,00		vasca 50
Martedì		15,20 - 17,00	vasca 25
Giovedì		15,20 - 17,00	vasca 25
Venerdì	8,00 - 10,00		vasca 50

---

---

### ORARI ALLENAMENTI MASTER

L'orario estivo inizierà martedì 11 giugno e terminerà  
il sabato 03 agosto 2019 con il seguente calendario:

Martedì - Giovedì	18,30 - 19,30	vasca 50
Martedì - Giovedì	19,30 - 21,10	vasca 25
Sabato	14,00 - 15,30	vasca 50

# COOPERNUOTO

## ORARI ALLENAMENTI PISCINA DI CARPI

da LUNEDI' 10 GIUGNO a SABATO 03 AGOSTO 2019

Categoria "Assoluti" COOPERNUOTO		ALTO LIVELLO	
	mattino	pomeriggio	
	vasca 50		
Lunedì	8,00 - 10,00	15,00 - 17,00	vasca 25
Martedì	8,00 - 10,00		
Mercoledì	8,00 - 10,00	15,00 - 17,00	vasca 25
Giovedì	8,00 - 10,00		
Venerdì	8,00 - 10,00	15,00 - 17,00	vasca 25
Sabato	8,00 - 10,00		

N.B: \* palestra Martedì - Giovedì: Ore 10,20-11,00

da LUNEDI' 10 GIUGNO 2019 a VENERDI' 28 GIUGNO 2019

Categoria "Assoluti" COOPERNUOTO		MEDIO LIVELLO	
		pomeriggio	
Martedì		15,20 - 17,00	vasca 25
Giovedì		15,20 - 17,00	vasca 25
Venerdì		15,20 - 17,00	vasca 25

# UNINUOTO SINCRO

## ORARI ALLENAMENTI PISCINA DI CARPI

da LUNEDI' 10 GIUGNO 2019 a VENERDI' 14 GIUGNO 2019

Martedì	<b>ES C - B - A</b>	17,00 - 18,40	vasca 25
Giovedì	<b>ES C - B - A</b>	17,00 - 18,40	vasca 25
Venerdì	<b>ES A</b>	17,00 - 18,40	vasca 25

ALLENAMENTI FACOLTATIVI x **tutte le CATEGORIE** in vasca 25: ore 17,00 - 18,40

**Tutti i Martedì** 18/06/19 - 25/06/19 - 02/07/19 - 09/07/19 - 16/07/19 - 23/07/19

## COOPERNUOTO - CABASSI PALLANUOTO

### ORARI ALLENAMENTI PISCINA DI CARPI

Martedì - Giovedì - Venerdì	17,50 - 20,20	campo 5 corsie
Lunedì - Mercoledì	20,20 - 22,00	campo 5 corsie