

PROGRAMMA PREPARAZIONE Cat. Juniores

Portare sempre scarpe da tennis

Lunedì 26 Agosto Ritrovo Via Mozart ore 20.00 - Allenamento

Martedì 27 Agosto Allenamento su pista con test

Mercoledì 28 Agosto Allenamento

Giovedì 29 Agosto Allenamento

Venerdì 30 Allenamento

Sabato 31 Agosto Allenamento (mattina ore 10.00 - pomeriggio ore 17)

Domenica 1 Settembre Allenamento/Amichevole

Lunedì 2 Settembre Allenamento

Martedì 3 Settembre Allenamento

Mercoledì 4 Settembre Allenamento

Giovedì 5 Settembre Riposo

Venerdì 6 Settembre Riposo

Sabato 7 Settembre Amichevole Città di Sesto Via G. Cantore ore 18.00

Domenica 8 Settembre Riposo

Lunedì 9 Settembre Allenamento

Martedì 10 Settembre Gara di Coppa Lombardia Vedano – Real Cinisello Via E. Ferrari Vedano al Lambro ore 15.30

Mercoledì 11 Settembre Riposo

Giovedì 12 Settembre Allenamento

Venerdì 13 Settembre Riposo

Sabato 14 Settembre Inizio Campionato Real Cinisello – Forza e Coraggio

Domenica 15 Settembre Riposo

Lunedì 16 Settembre Allenamento

Martedì 17 Settembre Gara di Coppa Lombardia Real Cinisello – Gerardiana Monza ore 20.30

Mercoledì 18 Settembre Riposo

Giovedì 19 Settembre Amichevole San Fruttuoso ore 20.00

Venerdì 20 Settembre Riposo

Sabato 21 Settembre 2[^] Campionato

Domenica 22 Settembre Riposo

Lunedì 23 Settembre Riposo

Martedì 24 Settembre Gara di Coppa Lombardia Real Cinisello – Concorezzese ore 20.30

Mercoledì 25 Settembre Riposo

Giovedì 26 Settembre Allenamento

Venerdì 27 Settembre Riposo

Sabato 28 Settembre 3[^] Campionato

Orari allenamento: ore .30 pronti in campo

Numeri Telefonici x eventuali comunicazioni

Mister Vincenzo Grimaldi Cell. 333-6672885

2[°] Mister

Preparatore Portieri Mister Stefano Gusella Cell. 347-5744382 (solo per i portieri)

D.S. Ingrid Lucia Cell. 335-5325586

La prima settimana sottolineata si terrà allenamento con la 1[^] squadra