



## UNDER 14 – nati 2011/2012

### RIPRESA ATTIVITA' – PROGRAMMAZIONE PROVVISORIA fino al 15/09/2024

Mercoledì 28 agosto 2024, Coiano, Impianti di Coiano, Via di Coiano 19, ore 18.15 – 19.45

Lunedì 2 settembre 2024, Coiano, Impianti di Coiano, Via di Coiano 19, ore 18.15 – 19.45

Mercoledì 4 settembre 2024, Coiano, Impianti di Coiano, Via di Coiano 19, ore 18.15 – 19.45

Lunedì 9 settembre 2024, Coiano, Impianti di Coiano, Via di Coiano 19, ore 18.15 – 19.45

Mercoledì 11 settembre 2024, Coiano, Impianti di Coiano, Via di Coiano 19, ore 18.15 – 19.45

Giovedì 12 settembre 2024, Coiano, Impianti di Coiano, Via di Coiano 19, ore 18.15 – 19.45

**A PARTIRE DA LUNEDÌ 16 SETTEMBRE 2024** LA PROGRAMMAZIONE DIVERRA' QUELLA INDICATA NEL PLANNING ATTIVITA'. IL PLANNING POTRA' SUBIRE VARIAZIONI DI ORARIO O DI LOGISTICA QUALORA NON VI SIANO LE CONDIZIONI PER FAR SVOLGERE UN ALLENAMENTO QUALITATIVO AINOSTRI RAGAZZI.

### RITIRO

Sabato 14 e sabato 15, settembre 2024, Coiano.

### PLANNING ATTIVITA'

**Lunedì:** Preparazione Fisica Indoor e Outdoor, Propedeutica alla pesistica\*

**Martedì:** Impianti Sportivi di Coiano, Via di Coiano 19, Ore 18.15 – 19.45

**Mercoledì:** Impianti Sportivi di Coiano, Via di Coiano 19, Ore 18.15 – 19.45

**Giovedì:** Preparazione Fisica Indoor e Propedeutica alla pesistica\*

**Venerdì:** Impianti Sportivi di Coiano, Via di Coiano 19, Ore 18.15 – 19.45

\*Le informazioni sulle sedute di preparazione fisica verranno fornite a settembre.

### MATERIALE RICHIESTO

PARADENTI, CASACCA BICOLORE, BORRACCIA E PALLONE INDIVIDUALE

Lo staff tecnico, al fine di trarre massimo vantaggio e coesione in funzione del gruppo, ha indicato nei 3 giorni di **martedì, mercoledì e venerdì** quelli che per ogni atleta sono considerati **allenamenti Obbligatori**.

Questo darà la possibilità agli allenatori di avere tutti i giocatori a disposizione, potendo così facilitare la formazione tecnico-sportiva e sociale del gruppo.



## **STAFF TECNICO DI CATEGORIA**

### **RESPONSABILE**

FRANCESCO LAURENDI

### **EDUCATORI**

EUGENIO BRUNETTI // RICCARDO ROMOLI // ROBERTO FATICA

### **PREPARATORE ATLETICO**

COSIMO SALVATORE

### **MANAGER**

SERENA RIGAMONTI // CARLO SALVADORI

### **TUTOR DI CATEGORIA**

ELIA GUASTINI

## **CONTATTI**

### **Responsabile categoria**

Francesco Laurendi: 339 884 3320

### **Manager**

Serena Rigamonti: 389 180 6116// Carlo Salvadori: 328 323 6740

### **Tutor di categoria**

Elia Guastini: 339 133 8638

### **Direttore Sportivo**

Edoardo Lanzarini: 389 2605091

### **Segreteria**

Vittoria Vannucci: 0574 843677