



n. 117 – del 21/08/2024

## **RADUNO FEDERALE PREMONDIALE Rimini - 4 Settembre 2024**

In riferimento al CU 113 del 7 agosto 2024 si riporta di seguito l'orario degli allenamenti.

<b>Specialità</b>	<b>Pista Gara</b>	<b>Pista Allenamento</b>	<b>Lavoro a secco - opzionale</b>
Free Jun M + Sen M + In-line M	13.00 – 13.40	15.00 – 15.40	14.00 – 14.30
Free Jun F + Sen F + In-line F	13.40 – 14.20	15.40 – 16.20	14.30 – 15.00
Solo Dance J + S	14.20 – 15.00	16.20 – 17.00	15.30 – 16.00
Coppia Danza J + S	15.00 – 15.40	13.00 – 13.40	16.00 – 16.30
Coppia Artistico J + S	15.40 – 16.20	13.40 – 14.20	18.00 – 18.30
Free Jun M + Sen M + In-line M	16.20 – 17.00	17.40 – 18.20	
Free Jun F + Sen F + In-line F	17.00 – 17.40	18.20 – 19.00	
Solo Dance J + S	17.40 – 18.20	19.00 – 19.40	
Coppia Danza J + S	18.20 – 19.00	14.20 – 15.00	
Coppia Artistico J + S	19.00 – 19.40	17.00 – 17.40	

Il ritrovo è fissato un'ora prima dell'inizio del proprio allenamento. Gli atleti e lo staff potranno rientrare al termine del proprio ultimo turno di allenamento.

Il programma potrebbe essere soggetto a modifiche

Il lavoro a secco è a libera scelta (stretching o altro – opzionale).

La presenza all'interno dell'impianto è consentita unicamente ai componenti lo staff federale, gli atleti ed i loro eventuali allenatori al seguito. Non è consentito pertanto l'ingresso a genitori e accompagnatori

  
**IL SEGRETARIO GENERALE  
(Angelo Iezzi)**