Stage Azzurro

Allenamenti di specializzazione
Terme Olimia , 5 - 8 settembre 2019

Il Settore Giovanile di Azzurra Basket, in occasione dello Stage giunto ormai alla sua decima edizione, organizza il primo

RADUNO PRE CAMPIONATO
alla stagione sportiva 2019-2020

presso le strutture sportive delle Terme di Olimia (SLO) **da giovedì 5 a domenica 8 settembre** .Al raduno sono invitati tutti i componenti del Settore Giovanile di Azzurra.
In allegato il programma delle giornate.
Il costo dello stage è di € 260 e comprende:

- viaggio andata e ritorno
- pensione completa negli Aparthotel Rosa - 4 stelle – di Terme Olimia
- utilizzo palasport di Olimia
- utilizzo delle piscine del centro termale Thermaljia
- entrata al parco acquatico Aqualuna .

Abbiamo stabilito in 50 il numero di adesioni , al fine di poter ottimizzare il lavoro sia tecnico che fisico, e per questo motivo che ti abbiamo riservato una pre-iscrizione da esercitare entro 15 giugno 2019

Il pagamento potrà essere fatto **a partire** dal **1 luglio ed entro venerdi 9 agosto** in contanti o tramite bonifico al seguente conto:
A.S.D. Centro Minibasket Arcobaleno TRIESTE
Banca Popolare FriulAdria
IBAN IT 71 Z 05336 02201 000040114336

Programma dello Stage

Giovedì 5 settembre
Ore 11.00 partenza dal parcheggio Ponziana (Pullman e pulmini).
Ore 12.30 sosta a Troiane (pranzo a sacco)
Ore 14.00 arrivo ad Olimpia , sistemazione e giro guidato per tutti gli impianti di Olimia
Ore 16.00-18.00 **allenamento**
Ore 18.30 - 20.00 Relax e Terme
Ore 20.30 Cena
Ore 22.00 Buonanotte
Venerdì 6 settembre
Ore 8.30 Colazione
Ore 9.30 – 11.30 **allenamento**
Ore 12.00 - 13.00 Relax e Terme
Ore 13.00 Pranzo
Ore 13.30 - 15.30 Riposo in camera
Ore 16.00 – 18.00 **allenamento**
Ore 18.30 - 20.00 Relax e Terme
Ore 20.30 Cena
Ore 22.00 Buonanotte
Sabato 7 settembre
Ore 8.30 Colazione
Ore 9.30 – 11.30 **allenamento**
Ore 12.00 - 13.00 Relax e Terme
Ore 13.00 Pranzo
Ore 13.30 - 15.30 Riposo in camera
Ore 16.00 – 18.00 **allenamento**
Ore 18.30 - 20.00 Relax e Terme
Ore 20.30 Cena
Ore 22.00 Buonanotte
Domenica 8 settembre
Ore 8.30 Colazione
Ore 9.30 – 11.30 **allenamento**
Ore 12.30 Pranzo
Ore 13.30 - 17.00 Relax e Terme
Ore 17.30 partenza
Ore 20.00 arrivo Ponziana