



PALLACANESTRO “ Basket School ”

Orari lezioni stagione 2022-23



Martedì e Venerdì

Allegato
"A"

3 →	Ore: 16.00-17.20/ <u>18.00</u>	Cat. 2009 + 2010 (Mart/Ven/Sab)
3 A →	Ore: 18.20-19.40/ <u>20.00</u>	Cat. 2009 + 2010 (Mart/Ven/Sab)
4 →	Ore: 16.00-17.20/ <u>18.00</u>	Cat. 2009 + 2010 (+ Alcuni 2011 Evoluti) (Mart/Giov/Ven) + <u>Potenziamento Fisico</u> sino alle ore <u>18.00</u> (Agonismo)
2 →	Ore: 17.20 - 18.20	Cat. [2015-16-17] → (EASY - Basket) (Mart/Sab)
5 →	Ore: 17.20 - 18.20	Cat. [2015-16-17] (Mini-Basket) (Mart/Ven)
6 →	Ore: 17.20-18.20/ <u>18.40</u>	Cat. [2013-14] + <u>Motricità</u> (Mart/Ven) sino alle ore <u>18.40</u> → (Mini-Basket)
7 →	Ore: 18.20-19.40/ <u>20.00</u>	Cat. 2011-12 + [Alcuni 2013 Evoluti] (Pre-Agonismo) + <u>Motricità</u> sino alle ore <u>20.00</u>
8 →	Ore: <u>19.10</u> /19.45-21.10	Cat. 2008 (Agonismo) (Mart/Givo/Ven)
9 →	Ore: <u>19.10</u> /19.45-21.10	Cat. 04 + 05 + 06 + 07 (Agonismo) (Mart/Givo/Ven) + <u>Potenziamento Fisico</u> inizio alle ore <u>19.10</u>
10 →	Ore: <u>20.40</u> /21.10 - 22.30	Gruppo Adulti – Amatoriale (Campo) (Amatoriale) + <u>Potenziamento Fisico</u> inizio alle ore <u>20.40</u>





Giovedì

4 →	Ore: <u>19.15</u> /19.45-21.15	Cat. 2008 + 2009 + 2010 (Agonismo) + <u>Potenziamento Fisico</u> inizio alle ore <u>19.15</u>
8 →		
9 →	Ore: <u>20.40</u> /21.15 - 22.30	Cat. 04 + 05 + 06 + 07 (Agonismo) + <u>Potenziamento Fisico</u> inizio alle ore <u>20.40</u>



Sabato

1 →		Ore: 10.30 - 11.50 Anni 2017-18	“cat. BABY/EASY “ “SCHEMI MOTORI”	
2 →				
7 →	Ore: 12.00 - 13.30	Cat. 2011-12 + Alcuni 13 Evoluti + (Alcuni 2010-09)		
3 →				
3 A →				