



Programma Allenamenti Estivi - Autunnali 2022 Sci Alpino / Atletica

Aspiranti / Giovani

| GIUGNO |          |  | LUGLIO |          |        | AGOSTO |          |            | SETTEMBRE |          |         | OTTOBRE |          |         | NOVEMBRE |          |     |
|--------|----------|--|--------|----------|--------|--------|----------|------------|-----------|----------|---------|---------|----------|---------|----------|----------|-----|
|        | ATLETICA | SCI                                    |        | ATLETICA | SCI    |        | ATLETICA | SCI        |           | ATLETICA | SCI     |         | ATLETICA | SCI     |          | ATLETICA | SCI |
| 1      | M        | Test Gruppo G<br>22 Maggio / Ore 14.30 | 1      | V        |        | 1      | L        |            | 1         | G        |         | 1       | S        |         | 1        | M        |     |
| 2      | G        |  | 2      | S        |        | 2      | M        |            | 2         | V        | Stelvio | 2       | D        |         | 2        | M        |     |
| 3      | V        |  | 3      | D        |        | 3      | M        |            | 3         | S        |         | 3       | L        |         | 3        | G        |     |
| 4      | S        |  | 4      | L        |        | 4      | G        |            | 4         | D        |         | 4       | M        |         | 4        | V        |     |
| 5      | D        |  | 5      | M        |        | 5      | V        |            | 5         | L        |         | 5       | M        |         | 5        | S        |     |
| 6      | L        | 6                                      | M      | Stelvio  | 6      | S      |          | 6          | M         |          | 6       | G       |          | 6       | D        |          |     |
| 7      | M        | 7                                      | G      |          | 7      | D      |          | 7          | M         |          | 7       | V       | Stelvio  | 7       | L        |          |     |
| 8      | M        | 8                                      | V      |          | 8      | L      |          | 8          | G         |          | 8       | S       |          | 8       | M        |          |     |
| 9      | G        | 9                                      | S      |          | 9      | M      |          | 9          | V         |          | 9       | D       |          | 9       | M        |          |     |
| 10     | V        | 10                                     | D      |          | 10     | M      |          | 10         | S         | Stelvio  | 10      | L       |          | 10      | G        |          |     |
| 11     | S        | 11                                     | L      |          | 11     | G      |          | 11         | D         |          | 11      | M       |          | 11      | V        |          |     |
| 12     | D        | Bormio                                 | 12     | M        |        | 12     | V        |            | 12        | L        |         | 12      | M        |         | 12       | S        |     |
| 13     | L        |  | 13     | M        |        | 13     | S        |            | 13        | M        |         | 13      | G        |         | 13       | D        |     |
| 14     | M        |  | 14     | G        |        | 14     | D        |            | 14        | M        |         | 14      | V        | Stelvio | 14       | L        |     |
| 15     | M        |  | 15     | V        |        | 15     | L        |            | 15        | G        |         | 15      | S        |         | 15       | M        |     |
| 16     | G        |  | 16     | S        |        | 16     | M        |            | 16        | V        |         | 16      | D        |         | 16       | M        |     |
| 17     | V        |  | 17     | D        |        | 17     | M        |            | 17        | S        |         | 17      | L        |         | 17       | G        |     |
| 18     | S        |  | 18     | L        | Indoor | 18     | G        |            | 18        | D        | Stelvio | 18      | M        |         | 18       | V        |     |
| 19     | D        |  | 19     | M        |        | 19     | V        |            | 19        | L        |         | 19      | M        |         | 19       | S        |     |
| 20     | L        |  | 20     | M        |        | 20     | S        |            | 20        | M        |         | 20      | G        |         | 20       | D        |     |
| 21     | M        |  | 21     | G        |        | 21     | D        |            | 21        | M        |         | 21      | V        |         | 21       | L        |     |
| 22     | M        |  | 22     | V        |        | 22     | L        |            | 22        | G        |         | 22      | S        |         | 22       | M        |     |
| 23     | G        |  | 23     | S        |        | 23     | M        | Raduno     | 23        | V        |         | 23      | D        |         | 23       | M        |     |
| 24     | V        |  | 24     | D        |        | 24     | M        | Atletico   | 24        | S        |         | 24      | L        |         | 24       | G        |     |
| 25     | S        |  | 25     | L        |        | 25     | G        | Acrobatico | 25        | D        | Stelvio | 25      | M        |         | 25       | V        |     |
| 26     | D        |  | 26     | M        |        | 26     | V        | Cesenatico | 26        | L        |         | 26      | M        |         | 26       | S        |     |
| 27     | L        |  | 27     | M        |        | 27     | S        |            | 27        | M        |         | 27      | G        |         | 27       | D        |     |
| 28     | M        |  | 28     | G        |        | 28     | D        |            | 28        | M        |         | 28      | V        |         | 28       | L        |     |
| 29     | M        |  | 29     | V        |        | 29     | L        |            | 29        | G        |         | 29      | S        | Stelvio | 29       | M        |     |
| 30     | G        |  | 30     | S        |        | 30     | M        |            | 30        | V        | Stelvio | 30      | D        |         | 30       | M        |     |
|        |          |  | 31     | D        |        | 31     | M        |            |           |          |         | 31      | L        |         |          |          |     |

■ MDC - Preparazione Atletica 9.00 - 12.00

■ MDC - Preparazione Atletica 16.30 - 18.30

■ Raduno Acrobatico Cesenatico

■ Raduno Sci Ghiacciaio