

# PROGRAMMA ALLENAMENTI FONDO 2011-2012

dicembre	D	18	riposo			
	L	19	Palestra	ore 14.00		
	M	20	riposo			
	M	21	<b>Grandi TL</b>	ore 14.30		
	G	22	riposo			
<b>VACANZE NATALE</b>			ore 14.00			
	V	23	<b>TUTTI</b>			
	S	24	<b>TUTTI</b>			
	D	25	riposo			
	L	26	Palestra			
	M	27	<b>TUTTI</b>	BC Classica RA - tecnica libera		
	M	28	<b>TUTTI</b>	classico		
	G	29	riposo			
	V	30	Gara Lago di Tesero	B/C GIMKANA		
			Gara Lago di Tesero	R/A TC		
	S	31	<b>TUTTI</b>			
gennaio				B/C	R/A	J/S
	D	1	riposo			
	L	2	Palestra	ore 14.00		
	M	3	<b>Grandi TL</b>	ore 14.00		
	M	4	Piccoli B-C	ore 14.00		
	G	5	GARA R-A Lago di Tesero	TL Gimkana		
	V	6	riposo			
	S	7	GARA B-C Lago di Tesero	TC Gimkana		
	D	8	<b>Grandi</b>	ore 14.00		
	L	9	Palestra			
	M	10	<b>Grandi</b>	ore 14.30		
	M	11	<b>TUTTI</b>	ore 14.30		
	G	12	<b>Grandi</b>	ore 14.30		
	V	13	<b>TUTTI</b>	ore 14.30		
	S	14	riposo			
	D	15	GARA Vermiglio	R-ATec L mas start		
			<del>GARA Vermiglio</del>	<del>TL J/S</del>		annullata
			sostituita con altra gara organizzata dagli alpini			
	L	16	Palestra	ore 18,00		
	M	17	<b>Grandi</b>	ore 14.30	TL	
	M	18	<b>TUTTI</b>	ore 14.30	TL+TC	
	G	19	<b>Grandi</b>	ore 14.30	TL	
	V	20	<b>TUTTI</b>	ore 14.30	TL	
	S	21	Lago di Tesero Trofeo topolino B/C - Revival			
	D	22	Lago di Tesero Trofeo topolino R/A			
			Lenzumo		TC J/S	
	L	23	Palestra	ore 18,00		
	M	24	<b>Grandi</b>	ore 14.30	TL	
	M	25	<b>TUTTI</b>	ore 14.30	TL	
	G	26	<b>Grandi</b>	ore 14.30	TL	
	V	27	<b>RIPOSO</b>			
	S	28	Gara Lago di Tesero	MINIMARCIALONGA		
	S	28	Gara Lago di Tesero	R TC	M.Young	
D	29	Gara Lago di Tesero	A TC			
		Gara Lago di Tesero	TC Asp/J	M.Young		
	27 / 28 / 29	Padola di Comelico	TC Asp/J			
			campionati Italiani			
L	30	Palestra	ore 18,00			
M	31	<b>Grandi</b>	ore 14.30	TL		

febbraio			B/C	R/A	J/S
M	1	TUTTI	ore 14.30	TL+TC	
G	2	Grandi	ore 14.30	TL	
V	3	TUTTI	ore 14.30	TL+TC	
S	4	RIPOSO			
D	5	S. Giacomo Brentonico		R GK TL	A TL
		S. Giacomo Brentonico		TL J/S	
L	6	Palestra	ore 18,00		
M	7	Grandi	ore 14.30	TL	
M	8	TUTTI	ore 14.30		
G	9	Grandi	ore 14.30	TL	
V	10	TUTTI	ore 14.30		
S	11	RIPOSO			
D	12	Gara Campo Carlomagno		TL J/S	
L	13	Palestra	ore 18,00		
M	14	Grandi	ore 14.30	TL	
M	15	TUTTI	ore 14.30		
G	16	Grandi	ore 14.30	TL	
V	17	TUTTI	ore 14.30		
S	18	RIPOSO			
D	19	GARA B-C Lago di Tesero		B/CTL Gimkana	
		Gara Lago di Tesero		R/A TC	
		Gara Lago di Tesero		TC J/S	
L	20	Palestra	ore 18,00		
M	21	Grandi	ore 14.30	TL	
M	22	TUTTI	ore 14.30		
G	23	Grandi	ore 14.30	TL	
V	24	TUTTI	ore 14.30		
S	25	RIPOSO			
D	26	GARA R/A Passo Cereda		TL sprint	
		Gara Passo Cereda		GKTL J/S	
L	27	Palestra	ore 18,00		
M	28	Grandi	ore 14.30	TL	
M	29	TUTTI	ore 14.30		
marzo			B/C	R/A	J/S
G	1	Grandi	ore 14.30	TL	
V	2	TUTTI	ore 14.30		
S	3	RIPOSO			
D	4	RIPOSO			
L	5	Palestra	ore 18,00		
M	6	Grandi	ore 14.30	TL	
M	7	TUTTI	ore 14.30		
G	8	Grandi	ore 14.30	TL	
V	9	TUTTI	ore 14.30		
S	10	RIPOSO			
D	11	GARA B-C Passo Cereda TC GK			
		Gara Passo Cereda		TL	
L	12	Palestra	ore 18,00		
M	13	Grandi	ore 14.30	TL	
M	14	TUTTI	ore 14.30		
G	15	Grandi	ore 14.30	TL	
V	16	TUTTI	ore 14.30		
S	17	Coppa Italia		sprint	
D	18	Camp. Trent. Passo Coe		B/CTL Gimkana C.T.	
		Gara Passo Coe		Camp. Trentini R/A TC	
		Gara Passo Coe		Camp. Trentini J/S	
L	19				
M	20	Grandi	ore 14.30	TL	
M	21	TUTTI	ore 14.30		
G	22	Grandi	ore 14.30	TL	
V	23	TUTTI	ore 14.30		
S	24	RIPOSO			
D	25	Trofeo Laurino	TL	tutti	
L	26				