

# CENTRO SPORTIVO VILLA FLAMINIA



## Orari consigliati SCUOLA MEDIA - ISTITUTO VILLA FLAMINIA



	PROGRAMMA ORARIO SETTIMANALE ATTIVITA' SPORTIVE POMERIDIANE - anno scolastico 2016 - 2017									
	CALCIO	ATLETICA	NUOTO	PALLANUOTO	SINCRO	VOLLEY	BASKET	KARATE	TENNIS	
								90' di lezione	2 volte	3 volte
<b>LUNEDI</b> scuola 8.00 - 13.40 pranzo ore 13.40	17.00 - 18.30 2005 18.30 - 20.00 2003 - 2004		15.20 - 16.20 oppure 18.20 - 19.10 Propaganda			16.30 - 17.30 Volley 17.30 - 18.00 Prep.Atl.		17.30 - 19.00		15.30 - 16.20 P.A. 16.30 - 17.30 tennis
<b>MARTEDI</b> scuola 8,00 - 16.20 pranzo ore 13.40		16.30 - 18.00	16.40 - 17.40 oppure 17.20 - 18.20	18.00 - 19.00 Prep Atl. 19,10 - 20,00 Vasca Under 13	18.20 - 19.50				16.45 - 18.45	
<b>MERCOLEDÌ</b> scuola 8.00 - 13.40 pranzo ore 13.40	18.30 - 20.00 2003 - 2004			18.00 - 18.50 Vasca Under 13		18.00 - 18.30 Prep.Atl. 18.30 - 19.30 Volley	18.30 - 19.00 Prep.Atl 19,00- 19, 15 Tecnica 19,30 - 20.15 Basket	17.00 - 17.55 <b>MONO</b>		15.30 - 16.20 P.A. 16.30 - 17.30 tennis
<b>GIOVEDÌ</b> scuola 8,00 - 16.20 pranzo ore 13.40		16.30 - 18.00	15.20 - 16.20 oppure 18.20 - 19.10 Propaganda			16.30 - 17.30 Volley 17.30 - 18.00 Prep.Atl.		17.30 - 19.00	16.45 - 18.45	
<b>VENERDÌ</b> scuola 8.00 - 13.40 pranzo ore 13.40	17.00 - 18.30 2005 18.30 - 20.00 2003 - 2004		16.40 - 17.40 oppure 17.20 - 18.20	18.00 - 19.00 Prep Atl. 19,10 - 20,00 Vasca Under 13	18.20 - 19.50	18.00 - 18.30 Prep.Atl. 18.30 - 19.30 Volley	18.30 - 19.00 Prep.Atl 19,00- 19, 15 Tecnica 19,30 - 20.15 Basket			15.30 - 16.20 P.A. 16.30 - 17.30 tennis

**Per la Danza Moderna e Danza Classica rivolgersi direttamente al Responsabile di settore per trovare una soluzione idonea in base alle capacità.**

Inoltre il SABATO mattina Lezioni individuali di NUOTO e TENNIS -

Agonistica e pre-agonistica non è prevista in questo piano avendo un impegno orario maggiore