

HORARIOS DE ENTRENAMIENTOS DEL CLUB BALONCESTO LA PALMA 95

TEMPORADA 2018-19

| | <u>LUNES</u> | <u>MARTES</u> | <u>MIÉRCOLES</u> | <u>JUEVES</u> | <u>VIERNES</u> | |
|-----------------|---|-------------------------------------|--|------------------------------------|--|-----------------|
| 16h a 17:30h. | | BabyA(P-E) BabyB(P-E) MM (E) | | MM (P) Baby A (E) Baby B (E) | Reuniones de entrenadores 1 vez al mes empieza 15,30h sede | 16h a 17:30h. |
| 16,45h a 18,15h | | | | | Baby A (ME) Baby B (ME) MM (E) *lluvia 1 P FS-* | 16,45h a 18,15h |
| 17:30 a 19h. | | PMM (P-E) PMF (P-E) | | MF (P) PMM (E) PMF (E) | | 17:30 a 19h. |
| 18,15h a 19,45h | MF (E y 45' P si quiere) | | | | IF A (P) IM (P) MF (E) PMM (Pa-E) PMF (Pa-E) | 18,15h a 19,45h |
| 19h a 20:30h. | CF-JRF(P) Empieza 19,45h IF B(P y E) | IM (P-E) IF A(P-E) | | IF B (P) IM (E) IF A(E) | | 19h a 20:30h. |
| 19,45h a 21,15h | 19,30-20,30h-Masculino Preparación física--E | | | | CM-JRM (2 P) IF B (E) CF-JRF(E) | 19,45h a 21,15h |
| 20,30h a 22h. | 20,30h a 21,30h-Femenino Preparación física--E | CM-JRM (2 E) *lluvia 1 P con FS* | CF-JRF(P) SRF (P) 15' primeros a media pista | CM-JRM (2 E) *lluvia sin pista* | | 20,30h a 22h. |
| 22h a 23,30h | SRM (PC) | | SRM (PC) | | Empiezan 21,30h SRM (P-PC) SRF (P-E) Veter. (E) | 22h a 23,30h |
| | <u>LUNES</u> | <u>MARTES</u> | <u>MIÉRCOLES</u> | <u>JUEVES</u> | <u>VIERNES</u> | |

LEYENDA:

Baby- mixtos **PMM-**premini masculino **PMF-**premini femenino **MM-**mini masculino **MF-**mini femenino **IM-**infantil masculino **IF-** infantil femenino
CM-JRM-cadete-júnior masculino **CF-JRF-**cadete-júnior femenino **SRM-**sénior masculino **SRF-**sénior femenino **Veter.-** veteranos masculino

EL LUNES 1 DE OCTUBRE HABRÁ HORARIOS PC-pista central P-pista de pabellón X-X-alternan cada semana E-pista exterior Pa-Pasillo Pabellón M-media



*****ROGAMOS ADAPTEN LAS ACTIVIDADES DE SUS HIJOS/AS PARA ASISTIR LO MÁXIMO A LOS ENTRENOS*****