Allenamenti VBC Cassano dal 1 Ottobre 2018

inizio		fine
16:00	-	16:30
16:30	-	17:00
17:00	-	17:30
17:30	-	18:00
18:00	-	18:30
18:30	-	19:00
19:00	-	19:30
19:30	-	20:00
20:00	-	20:30
20:30	-	21:00
21:00	-	21:30
21:30	-	22:00
22:00	-	22:30

Lunedì

Fermi

GRETA

MATT

18.30-20.30 GRETA

1	Marta Pusceddu 01
2	Restelli Francesca 02
3	Chiara Praderio 02
4	Gaia Chini 01
5	Miozzo Sara 02
6	Zavatta Martina 04
7	Lucrezia Putignano 02
8	Chiara Tombolato 03
9	Lara Turoni 04
10	Giuriola Sara 02
11	Samira Bance 02
12	Giorgia Covizzi 02
13	Rebecca Liati 03

20.30-22.30 Serie D

1	Chiara Coppola
2	Federica Foieni
3	Barbara Disconzi
4	Erica Steccanella
5	Chiara Billo 01
6	Francesca Biglietti
7	Elena Evangelisti
8	Sara Chini 02
9	Marika Frasson
10	Simona Romaniello
11	Camilla Covizzi
12	Veronica Cavallin 03

Martedì

Fermi

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

Palleggiatori

Palleggiatori

CLAUDIA / WALTER

MATT

Parini

ELISA

ELISA

16.00 - 17.45 CLAUDIA

1	Galfrascoli Sonia 08
2	Cirigliano Sofia 08
3	Biratoni Viola 08
4	Tremamondo Carlotta 08
5	Romeo Azzurra 08
6	Coppola Michelle 08
7	Beato Giorgia 08
8	Bilotti Chiara 08
9	Morosi Chiara 08
10	Spadoni Giorgia 08
11	Cassanelli Gaia 08
12	Zorzi Samuela 08
13	Caradonna Alice 08
14	Ardenti Agnese 09
15	Melissa Coppola 09
16	Monteforte Alessia 08

17.30 - 19 ELISA

1	Giacoia Giulia 04
2	Martina Fornasari 05
3	Sorregotti Silvia 05
4	Cestani Lisa 05
5	Letizia Pellegatta 05
6	Eleonora Speranzella 06
7	Boulahrajane Insaf 06
8	Coppola Francesca 06
9	Galluccio Giorgia 07
10	Donadio Rebecca 07
11	Liati Beatrice 07
12	Valentina Dicati 08

CHIARA 17.30 - 18.30

19 - 20.30 ELISA

1	Nolli Aurora 04
2	Rizzotto Laura 04
3	Lai Sofia 04
4	Viganò Chiara 04
5	Meggetto Arianna 04
6	Evangelisti Margherita 04
7	Felician Giulia 04
8	De Luca Sara 05
9	Giuriola Vanessa 05
10	Pisan Cecilia 05
11	Virginia Zuppelli 06
12	Cervesato Gaia 06

18.30 – 20.30 WAL / CLA

1	Bonafin Martina 04
2	Esposito Roberta 05
3	Liati Sofia 05
4	Giulia Re 05
5	Renuma Nelly 05
6	Dalla Valle Giorgia 05
7	Baioni Tiziana 06
8	Sara Raimondi 06
9	Camparmò Chiara 06
10	Zizza Sofia 06
11	Michela Bricchi 06
12	Aurora Schenal 06
13	Mekiker Rebecca 06
14	Valentina Bardhocaj 07

20.30-22.30 Serie D

1	Chiara Coppola
2	Federica Foieni
3	Barbara Disconzi
4	Erica Steccanella
5	Chiara Praderio 02
6	Chiara Tombolato 03
7	Francesca Biglietti
8	Elena Evangelisti
9	Samira Bance 02
10	Marika Frasson
11	Simona Romaniello
12	Camilla Covizzi
13	Rebecca Liati 03

Mercoledì

Fermi

CLAUDIA / CHIARA

MATT

Parini

Mini GIULIA

Mini GIULIA

ELISA

18- 19 GIULIA / MIOZZO

1	Cislaghi Giorgia 09
2	Antognoli Elisa 09
3	Anselmi Irene 09
4	Girardi Maya 09
5	Speranzella Elisabetta 09
6	Torrigiani Laura 09
7	Melissa Coppola 09
8	Renuma Norma 09
9	Tremamondo Clarissa 10
10	Veronese Carola 10
11	Brenta Carlotta 10
12	Morosi Giulia 10
13	Candelieri Emma 11
14	Orlandi Ludovica 10

19 - 21 ELISA

1	Meggetto Arianna 04
2	Lai Sofia 04
3	Viganò Chiara 04
4	Felician Giulia 04
5	Giacoia Giulia 04
6	De Luca Sara 05
7	Giuriola Vanessa 05
8	Cestani Lisa 05
9	Martina Fornasari 05
10	Sorregotti Silvia 05
11	Boulahrajane Insaf 06
12	Eleonora Speranzella 06

18.30 – 20.30 CLA / CHIA

1	Esposito Roberta 05
2	Liati Sofia 05
3	Giulia Re 05
4	Irene Torrigiani 05
5	Renuma Nelly 05
6	Dalla Valle Giorgia 05
7	Sara Raimondi 06
8	Camparmò Chiara 06
9	Zizza Sofia 06
10	Michela Bricchi 06
11	Aurora Schenal 06
12	Motta Rebecca 06
13	Mekiker Rebecca 06
14	Barlocco Valentina 06
15	Cervesato Gaia 06
16	Valentina Bardhocaj 07

20.30-22.30 U18

	Marta Pusceddu 01
	Restelli Francesca 02
	Bonafin Martina 04
	Gaia Chini 01
	Miozzo Sara 02
	Chiara Billo 01
	Lucrezia Putignano 02
	Sara Chini 02
	Chiara Tombolato 03
	Giuriola Sara 02
	Samira Bance 02
	Giorgia Covizzi 02
	Veronica Cavallin 03

Giovedì

Fermi

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

STEFANO

MATT

Parini

ELISA

CLAUDIA

16 - 17 CLAUDIA

1	Cislaghi Giorgia 09
2	Speranzella Elisabetta 09
3	Coppi Elisa 10
4	Coppola Hillary 10
5	Mason Alice 10
6	Tremamondo Clarissa 10
7	Veronese Carola 10
8	Brenta Carlotta 10
9	Di Palma Alessia 11
10	Cuscito Giorgia 11
11	Straface Elisa 11
12	Dabraio Francesca 11

17.30 - 19 ELISA

1	Nolli Aurora 04
2	Rizzotto Laura 04
3	Lai Sofia 04
4	Viganò Chiara 04
5	Felician Giulia 04
6	Giacoia Giulia 04
7	Cestani Lisa 05
8	Pisan Cecilia 05
9	Letizia Pellegatta 05
10	Martina Fornasari 05
11	Giuriola Vanessa 05
12	Sorregotti Silvia 05

17 - 18.30 CLAUDIA

1	Galluccio Giorgia 07
2	Donadio Rebecca 07
3	Liati Beatrice 07
4	Valentina Dicati 08
5	Biratoni Viola 08
6	Beato Giorgia 08
7	Coppola Michelle 08
8	Romeo Azzurra 08
9	Bilotti Chiara 08
10	Renuma Norma 09
11	Melissa Coppola 09
12	Torrigiani Laura 09
13	Monteforte Alessia 08
14	Cassanelli Gaia 08
15	Zorzi Samuela 08

19 – 20.30 CLAUDIA

1	Irene Torrigiani 05
2	De Luca Sara 05
3	Motta Rebecca 06
4	Coppola Francesca 06
5	Boulahrajane Insaf 06
6	Eleonora Speranzella 06
7	Baioni Tiziana 06
8	Virginia Zuppelli 06
9	Barlocco Valentina 06
10	Cervesato Gaia 06
11	Valentina Bardhocaj 07
12	Tremamondo Carlotta 08
13	Galfrascoli Sonia 08
14	Morosi Chiara 08

18.30-20.30 U18

1	Marta Pusceddu 01
2	Restelli Francesca 02
3	Zavatta Martina 04
4	Miozzo Sara 02
5	Gaia Chini 01
6	Chiara Praderio 02
7	Lara Turoni 04
8	Lucrezia Putignano 02
9	Giuriola Sara 02
10	Evangelisti Margherita 04
11	Giorgia Covizzi 02
12	Veronica Cavallin 03

20.30-22.30 Serie D

1	Chiara Coppola
2	Federica Foieni
3	Barbara Disconzi
4	Erica Steccanella
5	Chiara Billo 01
6	Francesca Biglietti
7	Elena Evangelisti
8	Sara Chini 02
9	Marika Frasson
10	Simona Romaniello
11	Camilla Covizzi
12	Rebecca Liati 03

Venerdì

Fermi

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

Mini CLAUDIA

CLAUDIA / WALTER

CHIARA

16 - 17.30 CLA / GIULIA

1	Galluccio Giorgia 07
2	Donadio Rebecca 07
3	Liati Beatrice 07
4	Galfrascoli Sonia 08
5	Cirigliano Sofia 08
6	Biratoni Viola 08
7	Tremamondo Carlotta 08
8	Coppola Michelle 08
9	Bilotti Chiara 08
10	Spadoni Giorgia 08
11	Beato Giorgia 08
12	Romeo Azzurra 08
13	Caradonna Alice 08
14	Renuma Norma 09
15	Ardenti Agnese 09
16	Torrigiani Laura 09
17	Coppi Elisa 10
18	Coppola Hillary 10
19	Monteforte Alessia 08

17.30 - 19.30 WAL / CLA

1	Pisan Cecilia 05
2	Irene Torrigiani 05
3	Renuma Nelly 05
4	Dalla Valle Giorgia 05
5	Letizia Pellegatta 05
6	Coppola Francesca 06
7	Sara Raimondi 06
8	Camparmò Chiara 06
9	Zizza Sofia 06
10	Michela Bricchi 06
11	Aurora Schenal 06
12	Motta Rebecca 06
13	Mekiker Rebecca 06
14	Barlocco Valentina 06

19.30 - 21.30 CHIARA

1	Bonafin Martina 04
2	Zavatta Martina 04
3	Lara Turoni 04
4	Evangelisti Margherita 04
5	Meggetto Arianna 04
6	Nolli Aurora 04
7	Rizzotto Laura 04
8	Liati Sofia 05
9	Giulia Re 05
10	Esposito Roberta 05
11	Baioni Tiziana 06
12	Virginia Zuppelli 06

Sabato

Fermi

Mini GIULIA

Mini GIULIA

Mini GIULIA

9.30 - 11 GIULIA / PRADERIO

1	Valentina Dicati 08
2	Morosi Chiara 08
3	Spadoni Giorgia 08
4	Caradonna Alice 08
5	Ardenti Agnese 09
6	Antognoli Elisa 09
7	Girardi Maya 09
8	Anselmi Irene 09
9	Mason Alice 10
10	Morosi Giulia 10
11	Orlandi Ludovica 10
12	Candelieri Emma 11
13	Di Palma Alessia 11
14	Cuscito Giorgia 11
15	Straface Elisa 11
16	Dabraio Francesca 11
17	Zorzi Samuela 08
18	Cassanelli Gaia 08

Per le iscrizioni, il pagamento delle quote mensili e l'acquisto di materiale, se possibile recarsi alle Fermi nei giorni di martedì dalle 16 alle 18.30, Giovedì dalle 16 alle 17 o Venerdì dalle 17.15 alle 17.45