

ALLENAMENTO DEL 3 FEBBRAIO IN VAL PICCOLA.....

12 TEMERARI HANNO SFIDATO LE AVVERSE CONDIZIONI CLIMATICHE E SVOLTO UN ALLENAMENTO CHE PREVEDEVA L'USO DI TECNICHE MISTE... (PUNTI CORTI, LUNGI), AVVICINAMENTO PER PUNTI DI APPOGGIO, DUE O TRE SCELTE.... ECC.

IL PERCORSO SI E' DIMOSTRATO DURO ANCHE FISICAMENTE IN VIRTU' DEI 4,5 KM E 250 METRI DI DISLIVELLO. BUONE LE PRESTAZIONI DI MARTA FORNASIER, ALESSANDRO GIACCHETTO DEL VICE PRESIDENTE NICOLA PILOTTO (HANNO EVIDENTEMENTE GIA' SMALTITO I PANETTONI NATALIZI)

GRAZIE PER LA COLLABORAZIONE A MAURO E MARIO.

UN GRAZIE PARTICOLARE A SERGIO PILOTTO CHE SEMPRE MI .. E CI ... SOSTIENE DOPO L'ALLENAMENTO CON DELL'OTTIMO SALAME E UN BUON PROSECCO... FA PIACERE TROVARE IL TAVOLO QUESTE SPECIALITA' SOPRA. E' L'ULTIMO PUNTO CHE TU TTI PUNZONANO VOLENTIERI -.

VOLEVO AVVISARE CHE DOMANI MARTEDI' SI RIPETERA' L'ALLENAMENTO IN VAL PICCOLA PER SOCI E NON CHE NON HANNO POTUTO PARTECIPARVI DOMENICA.

RITROVO QUINDI MARTEDI ALLE ORE 9.30 IN VAL PICCOLA NEL PIAZZALE.

PER CONTATTI SERGINO CELL. 347 9067526

DOMENICA PROSSIMA L'ALLENAMENTO PREVISTO A SPILIMBERGO E' STATO SOSTITUITO CON LA PARTECIPAZIONE DELLA PROMOZIONALE PRESSO LA ROCCA DI MONFALCONE, OLTRE ALLA GARA PROMOZIONALE FAREMO UN ULTERIORE ALLENAMENTO NELLA CARTA . QUESTA DECISIONE E' STATA PRESA ANCHE IN CONSIDERAZIONE DEL FATTO CHE 4 NOSTRI ATLETI SONO STATI CONVOCATI AL RADUNO NAZIONALE DI TARZO PREVISTO PER SABATO E DOMANICA PROSSIMI.

BUONA SETTIMANA A TUTTI.

SERGI