

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Revivre Milano, la quinta settimana di lavoro

Redazione · Monday, August 29th, 2016

Tutto pronto in casa Revivre Milano per inizia una nuova fase del periodo di preparazione atletica in vista dell'inizio del Campionato di SuperLega UnipolSai previsto per domenica 2 ottobre in casa dell'Exprivia Molfetta. De Togni e compagni sono pronti ad affrontare la quinta settimana di lavoro che vedrà, oltre alle sedute in sala pesi alla Palestra B.Fit di Legnano e gli allenamenti tecnici a Busto Arsizio, anche due gare di allenamento (ex allenamenti congiunti) con la LPR Piacenza.

Mercoledì 31 agosto sarà il PalaYamamay ad ospitare il primo dei due incontri programmati per questa settimana, con l'inizio della fase di riscaldamento che avrà inizio dalle ore 16. Gara di allenamento casalinga aperta al pubblico. Sabato 3 settembre, invece, la squadra di Luca Monti sarà ospite della LPR al PalaBanca di Piacenza, con inizio dell'allenamento dalle ore 17.

Il programma della 5a settimana di preparazione della Revivre Milano:

Lunedì 29 agosto 2016

Mattino: ore 9 – Pesi (Palestra B.FIT)

Pomeriggio: ore 15 – Allenamento (PalaYamamay)

Martedì 30 agosto 2016

Mattino: ore 9.30 – Allenamento (PalaYamamay)

Pomeriggio: ore 15 – Allenamento (PalaYamamay)

Mercoledì 31 agosto 2016

Mattino: ore 9 – Pesi (Palestra B.FIT)

Pomeriggio: ore 16 – Gara di allenamento REVIVRE MILANO – LPR PIACENZA (PalaYamamay)

Giovedì 1 settembre 2016

Mattino: libero

Pomeriggio: ore 17.30 – Allenamento (PalaYamamay)

Venerdì 2 settembre 2016

Mattino: ore 9 – Pesi (Palestra B.FIT)

Pomeriggio: ore 15 – Allenamento (PalaYamamay)

Sabato 3 settembre 2016

Mattino: ore 10 – Allenamento (PalaYamamay)

Pomeriggio: ore 17 – Gara di allenamento LPR PIACENZA – REVIVRE MILANO (PalaBanca Piacenza)

This entry was posted on Monday, August 29th, 2016 at 4:55 pm and is filed under [Legnano](#), [Sport](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.