

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

UYBA, settimana intensa di lavoro

Redazione · Monday, August 29th, 2016

Inizia a fare sul serio la nuova Unet Yamamay Busto Arsizio che si appresta ad affrontare la prima settimana piena di allenamento. Pisani e compagne cominceranno con un lunedì tostissimo: le farfalle saranno impegnate già di prima mattina con le visite mediche e con una doppia seduta di pesi e acqua, mentre nel pomeriggio affronteranno altre due sessioni di tecnica individuale e di gruppo con palla.

La settimana biancorossa proseguirà senza soste con altri due appuntamenti alle Piscine Manara di Busto Arsizio, tre sedute pesi e tanto lavoro di tecnica al Palayamamay. UYBA ricorda che è possibile assistere agli allenamenti pomeridiani con ingresso da viale Gabardi.

Mentre la squadra suda in campo, la società è attiva per il lancio della campagna abbonamenti: da lunedì mattina su www.volleybusto.com tutte le info, i prezzi e le promozioni, da giovedì 1 settembre via alle vendite.

Questo il programma completo della settimana UYBA:

Lun 29/08

Visite mediche ore 8:00 a seguire Pesi + acqua (non aperto al pubblico)

Lavoro tecnica individuale 16:30

Palla 17:15/19:45 (ingresso libero da viale Gabardi)

Mar 30/08

Pesi 9:30/12:30 (non aperto al pubblico)

Lavoro individuale 16:30

Palla 17:15/19:45 (ingresso libero da viale Gabardi)

Mer 31/08

Lavoro tecnica individuale + acqua 9:30/12:30 (non aperto al pubblico)

Gio 01/09

Palla 14:30/17:30 (ingresso libero da viale Gabardi)

Ven 02/09

Pesi + acqua 9:30/12:30 (non aperto al pubblico)

Palla 17:30/20:00 (ingresso libero da viale Gabardi)

Sab 03/09

Pesi 9:30/11:00 (non aperto al pubblico)

Palla 15:00/17:30 (ingresso libero da viale Gabardi)

Dom 04/9: Libero

This entry was posted on Monday, August 29th, 2016 at 10:53 am and is filed under [Pallavolo](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.