



ASSOCIAÇÃO ATLÉTICA DE ÁGUAS SANTAS

Planeamento de Treinos -- ÉPOCA 2009/2010

8 de Março a 13 de Março

	Bambis	Minis	InfantisA	InfantisB	Iniciados	JuvenisA	JuvenisB	Juniores	Séniore	Séniore	VETERANOS	
Segunda-Feira 08-Mar		18:30 - 19:30 AAAS 18:30			19:00 - 20:30 S.P. FINS 19:00	19:30 - 20:30 AAAS 19:30	19:30 - 20:30 AAAS 19:30		20:30 - 22:00 AAAS 20:30		22:00 - 23:00 AAAS 22:00	Início - Fim Local Entrada Pav. Balneário
Terça-Feira 09-Mar			18:00 - 19:30 AAAS 18:00	18:00 - 19:30 AAAS 18:00			20:30 - 22:00 AAAS 21:00	21:15 - 23:00 AAAS 22:00	19:30 - 21:00 AAAS 19:30			Início - Fim Local Entrada Pav. Balneário
Quarta-Feira 10-Mar		17:00 - 18:30 AAAS 17:00			18:30 - 20:00 AAAS 18:30	20:00 - 21:30 AAAS 20:00		21:30 - 23:00 AAAS 21:30	20:00 - 21:30 AAAS 20:00			Início - Fim Local Entrada Pav. Balneário
Quinta-Feira 11-Mar			18:30 - 20:00 AAAS 18:30	18:30 - 20:00 AAAS 18:30				21:30 - 23:00 AAAS 21:30	20:00 - 21:30 AAAS 20:00			Início - Fim Local Entrada Pav. Balneário
Sexta-Feira 12-Mar					20:15 - 21:30 AAAS 20:15	19:00 - 20:30 S.P. FINS 19:00	20:15 - 21:30 AAAS 20:15	21:30 - 23:00 AAAS 21:30	18:30 - 20:15 AAAS 18:30			Início - Fim Local Entrada Pav. Balneário
Sábado 13-Mar	10:15 - 11:30 AAAS 10:15	9:00 - 10:15 AAAS 09:00	11:30 - 13:00 AAAS 11:30	11:30 - 13:00 AAAS 11:30		11:30 - 13:00 CORIM 11:30		10:00 - 11:30 CORIM 10:00				Início - Fim Local Entrada Pav. Balneário