



UISP PINEROLO NUOTO A.S.D.  
**PINEROLO NUOTO**  
a.s.d.



PISCINA COMUNALE DI PINEROLO Viale Grande Torino, 7 tel. 0121377516 fax 0121395039 e-mail info@pinerolonuoto.it

## ORARI ALLENAMENTI 25 NOVEMBRE - 30 NOVEMBRE

### ESO C

<b>Mercoledì</b>	<b>17.00-18.00</b>	<b>Sala corpo libero - Palaghiaccio di Pinerolo</b>
<b>Venerdì</b>	<b>18.00-19.00</b>	<b>Piscina di Perosa</b>
<b>Sabato</b>	<b>12.30-13.30</b>	<b>Piscina di Pinerolo</b>

### ESO B

<b>Lunedì</b>	<b>19.00-20.00</b>	<b>Sala corpo libero - Palaghiaccio di Pinerolo</b>
<b>Giovedì</b>	<b>19.00-20.00</b>	<b>Sala A -Sala B Piscina di Pinerolo</b>
<b>Venerdì</b>	<b>19.00-20.00</b>	<b>Piscina di Perosa</b>
<b>Sabato</b>	<b>13.00-14.30</b>	<b>Piscina di Pinerolo</b>

### ESO A

<b>Lunedì</b>	<b>17.00-18.00</b>	<b>Sala A - Piscina di Pinerolo</b>
<b>Martedì</b>	<b>20.00-21.30</b>	<b>Piscina Sisport</b>
<b>Mercoledì</b>	<b>18.00-19.00</b>	<b>Sala corpo libero - Palaghiaccio di Pinerolo</b>
<b>Giovedì</b>	<b>20.00-21.30</b>	<b>Piscina Sisport</b>
<b>Sabato</b>	<b>16.00-17.30</b>	<b>Piscina di Vinovo</b>

### RJA

<b>Lunedì</b>	<b>14.15-18.00</b>	<b>Piscina di perosa</b>
<b>Martedì</b>	<b>14.00-15.00</b>	<b>Sala pesi - Palaghiaccio di Pinerolo (I° gruppo)</b>
<b>Martedì</b>	<b>15.00-16.00</b>	<b>Sala pesi - Palaghiaccio di Pinerolo (II° gruppo)</b>
<b>Mercoledì</b>	<b>14.30-16.30</b>	<b>Piscina Sisport</b>
<b>Giovedì</b>	<b>14.30-16.30</b>	<b>Piscina Sisport</b>
<b>Venerdì</b>	<b>14.00-15.00</b>	<b>Sala pesi - Palaghiaccio di Pinerolo (I° gruppo)</b>
<b>Venerdì</b>	<b>15.00-16.00</b>	<b>Sala pesi - Palaghiaccio di Pinerolo (II° gruppo)</b>
<b>Sabato</b>	<b>16.30-18.00</b>	<b>Piscina Sisport</b>

## **SINCRONIZZATO I° GRUPPO**

<b>Martedì</b>	<b>15.30-17.00</b>	<b>Piscina di Perosa</b>
<b>Mercoledì</b>	<b>19.00-20.00</b>	<b>Sala corpo libero - Palaghiaccio di Pinerolo</b>
<b>Giovedì</b>	<b>17.00-18.00</b>	<b>Sala A - Piscina di Pinerolo</b>
<b>Venerdì</b>	<b>15.00-16.30</b>	<b>Piscina di Perosa</b>
<b>Sabato</b>	<b>13.00-14.30</b>	<b>Piscina di Pinerolo</b>

## **SINCRONIZZATO II° GRUPPO**

<b>Martedì</b>	<b>20.00-21.30</b>	<b>Piscina di Perosa</b>
<b>Mercoledì</b>	<b>19.00-20.00</b>	<b>Sala corpo libero - Palaghiaccio di Pinerolo</b>
<b>Giovedì</b>	<b>17.00-18.00</b>	<b>Sala A - Piscina di Pinerolo</b>
<b>Sabato</b>	<b>13.00-14.30</b>	<b>Piscina di Pinerolo</b>

## **MASTER**

<b>Lunedì</b>	<b>20.15-21.15</b>	<b>Piscina di Luserna</b>
<b>Martedì</b>	<b>19.30-20.30</b>	<b>Sala Pesi-Palaghiaccio di Pinerolo</b>
<b>Giovedì</b>	<b>20.00-21.30</b>	<b>Piscina di Perosa</b>

## **PALLANUOTO**

<b>Lunedì</b>	<b>20.30-21.30</b>	<b>Piscina di Luserna</b>
<b>Mercoledì</b>	<b>19.30-20.30</b>	<b>Sala Pesi-Palaghiaccio di Pinerolo</b>
<b>Giovedì</b>	<b>21.30-23.00</b>	<b>Piscina Palanuoto</b>
<b>Sabato</b>	<b>12.30-14.30</b>	<b>Piscina di Pinerolo</b>

