

# BUCA (3 corsie - 25 mt - h. da 1,35 mt a 4 mt - 28,5°)

PISCINA DI FAENZA - PIANO VASCA - PRIMO CORSO 2023 / 2024

LUNEDI'	3	6 30	7 15	06.30 – 12.15 NUOTO LIBERO SOLO BUCA	12	15	13	15 30	12.15 – 13.00 NUOTO LIBERO	13.00 – 15.30 NUOTO LIBERO SOLO BUCA	
	2			06.30 – 12.15 NUOTO LIBERO SOLO BUCA					12.15 – 13.00 NUOTO LIBERO	13.00 – 15.30 NUOTO LIBERO SOLO BUCA	
	1			06.30 – 12.15 NUOTO LIBERO SOLO BUCA					12.15 – 13.00 NUOTO LIBERO	13.00 – 15.30 NUOTO LIBERO SOLO BUCA	

MARTEDI'	3	8 15	9	08.15 – 11.15 NUOTO LIBERO	11 15	12	13	15 45	12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO		
	2			08.15 – 11.15 NUOTO LIBERO					12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO		
	1								12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO		

MERCOLEDI'	3	8 15 45	10 45		10.45 – 13.00 NUOTO LIBERO	13					
	2				10.45 – 13.00 NUOTO LIBERO						
	1				10.45 – 13.00 NUOTO LIBERO						

GIOVEDI'	3				12	13	15 17	15.00 – 15.45 NUOTO LIBERO			
	2				12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO			15.00 – 17.00 NUOTO LIBERO			
	1				12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO			15.00 – 17.00 NUOTO LIBERO			

VENERDI'	3	8 45	9 30	10 30	12	13 45	15 30	12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO			
	2			09.30 – 10.30 NUOTO LIBERO				12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO			
	1			09.30 – 10.30 NUOTO LIBERO				12.00 – 13.00 NUOTO LIBERO			

SABATO	3	8 15	11 15	13 45	19	10.45 – 13.45 NUOTO LIBERO SOLO BUCA	13.45 – 19.00 NUOTO LIBERO			
	2		08.15 – NUOTO LIBERO – 11.15	11.15 – 13.45 NUOTO LIBERO SOLO BUCA		13.45 – 19.00 NUOTO LIBERO				
	1		08.15 – NUOTO LIBERO – 11.15	11.15 – 13.45 NUOTO LIBERO SOLO BUCA		13.45 – 19.00 NUOTO LIBERO				

DOMENICA	3	8 15	9 30	10 45	19	9.30 – 10.00 N.	10.45 – 19.00 NUOTO LIBERO			
	2			9.30 – 10.00 N.			10.45 – 19.00 NUOTO LIBERO			
	1			9.30 – 10.00 N.			10.45 – 19.00 NUOTO LIBERO			