


# ALLENATIME.COM<sup>®</sup>

## **Secondo raduno One/day Stagione 2017**

I raduni  offrono la possibilità a tutti gli atleti age group di qualsiasi livello di allenarsi al fianco di atleti professionisti seguiti dai coach del nostro staff. Le location e le strutture vengono selezionate per garantire l'ottimale svolgimento di tutte le discipline. Avrai la possibilità di fare allenamenti in gruppo e ottenere consigli personalizzati su nuoto, bici, corsa. Una opportunità unica per migliorare la tua performance, condividere la tua passione per il triathlon e conoscere nuovi atleti e amici.

**Sabato 14 gennaio 2017 a Predazzo (TN)**

**Saranno con noi**

**Alessandro Degasperi e coach Alberto Bucci**

### *Programma generale:*

- Ritrovo ore 9:30 presso la Piscina di Predazzo (TN), via Venezia, 52.
- Ore 10:00 - 12:00 Allenamento di corsa in gruppi differenziati in base alle esigenze e capacità.
- Ore 12:00 Pranzo in ristorante convenzionato.
- Ore 15:00 Allenamento intensivo di nuoto.
- Ore 17:00 Termine raduno e saluti

Lo staff tecnico  di Vi seguirà durante gli allenamenti.

Per tutta la durata del raduno saranno a disposizione gli spogliatoi della piscina.

Per iscrizioni ed informazioni supplementari potete scrivere una email ad: [info@allenatime.com](mailto:info@allenatime.com)