

ALLENAMENTO IN ALTURA

RITROVO E CONSEGNA SACCHE

**ORE 9.15 AL PONTE ROMANO DI PIAN
SAN GIACOMO**

**ORE 9.30 RISCALDAMENTO E A SEGUIRE
PARTENZA ALLENAMENTO**

**ORE 11.45 PRANZO AL SACCO NEL PRATO
VICINO AL FIUME (VICINO AL
CAPANNONE DELLE FESTE - PARTENZA
SANBE RUN)**

**RITORNO CON AUTOPOSTALE (PORTARE
ABBONAMENTO METÀ PREZZO E ALTRE
EVENTUALI RIDUZIONI; SUI MEZZI
PUBBLICI È OBBLIGATORIO L'USO DELLA
MASCHERINA)**

**L'ALLENAMENTO SI SVOLGERÀ CON
QUALSIASI TEMPO, SE DOVESSE PIOVERE
ANTICIPEREMO IL RIENTRO**

**PER ULTERIORI INFO
RC.BELLINZONA@BLUEWIN.CH
SOFIA 076 775 71 37**