

20/02/2020 Saugella Monza

## **Per la Saugella Monza meno due alla sfida casalinga contro Casalmaggiore**

La **Saugella Monza** intensifica il programma di allenamento in vista dell'importante sfida casalinga fissata sabato 22 febbraio, alle ore 21.00, alla Candy Arena di Monza, contro la èpiù Pomì Casalmaggiore. Per la prima squadra femminile del Consorzio Vero Volley, arrivata al quarto giorno di lavoro settimanale, il focus degli ultimi allenamenti è stato soprattutto sulla tecnica.

Le ragazze guidate da Carlo Parisi hanno svolto ben tre doppie sedute consecutive (martedì, mercoledì e giovedì), e lavoreranno anche domani, venerdì, sulle situazioni di gioco con la palla.

### **Allenamenti 17 - 23 febbraio 2020 alla Candy Arena**

Lunedì 17 febbraio

Libero

Martedì 18 febbraio

Ore 9.00 - 11.00 Pesi

Ore 13.30 - 16.00 Allenamento tecnico al Seven Infinity di Gorgonzola

Mercoledì 19 febbraio

Ore 10.00 - 12.00 Allenamento tecnico

Ore 17.30 - 20.00 Allenamento tecnico

Giovedì 20 febbraio

Ore 11.00 - 13.00 Pesi + Allenamento tecnico

Ore 17.00 - 20.00 Allenamento tecnico

Venerdì 21 febbraio

Ore 15.00 - 18.00 Allenamento tecnico

Sabato 22 febbraio

Ore 9.30 - 11.30 Rifinitura alla Candy Arena

Ore 21.00 Saugella Monza - Casalmaggiore

Domenica 23 febbraio

Libero