

17/10/2019 Saugella Monza

Pesi e tecnica per la Saugella Monza

Aumenta sempre di più l'intensità della **Saugella Monza** nel terzo giorno di lavoro settimanale. In questo giovedì 17 ottobre, le monzesi hanno svolto una seduta di pesi mattutina ed un pomeriggio di tecnica, sul campo della palestra del Seven Infinity di Gorgonzola, con l'obiettivo di affinare al massimo i meccanismi in vista della sfida di domenica 20 ottobre, alle ore 17.00, contro la Zanetti Bergamo, all'Allianz Cloud di Milano.

Ortolani e compagne, reduci dalla sconfitta contro Conegliano rimediata in Veneto, puntano al primo successo stagionale nella gara d'esordio casalinga. Differente la situazione delle bergamasche che, nel primo turno, hanno invece fatto centro battendo 3-0 la Lardini Filottrano.

Allenamenti 14 - 20 ottobre 2019 al Seven Infinity Gorgonzola

Lunedì 14 ottobre

Libero

Martedì 15 ottobre

Ore 14.00 - 18.00 Pesi + Allenamento tecnico

Mercoledì 16 ottobre

Ore 9.30 - 11.30 Allenamento tecnico

Ore 16.30 - 19.00 Allenamento tecnico

Giovedì 17 ottobre

Ore 9.00 - 10.30 Pesi

Ore 15.00 - 17.00 Allenamento tecnico

Venerdì 18 ottobre

Ore 16.00 - 19.00 Allenamento tecnico

Sabato 19 ottobre

Ore 14.30 - 17.00 Allenamento tecnico

Domenica 20 ottobre

Rifinitura all'Allianz Cloud di Milano (orario da definire)

Ore 17.00 Saugella Monza - Zanetti Bergamo (2a giornata andata Serie A1 femminile 2019-2020)