

**MARTEDÌ 25 AGOSTO 2020 - LUGANO**

<b>Sala Stampa Corner Arena (Resega)</b>	<b>10.00 -</b>	<b>Ritrovo: info + consegna divise</b>	<b>Marinella Riva</b>
	<b>10.30 - 12.00</b>	<b>Teoria regolamenti</b>	<b>Sabrina Martin</b>
	<b>12.15 - 13.15 PRANZO in comune a carico FTP</b>		
<b>Palestra CPL</b>	<b>13.30 - 14.30</b>	<b>Yoga</b>	<b>Concetta Carioti</b>
<b>Pista del ghiaccio</b>	<b>15.15 - 16.45</b>	<b>Presentazione programma Corto/Libero</b>	<b>Raffaella Locatelli</b>
	A seguire eventuale discussione programmi		

**MERCOLEDÌ 26 AGOSTO 2020 - LUGANO**

<b>Pista del ghiaccio</b>	<b>14.45 - 16.45</b>	<b>Presentazione programma Libero</b>	<b>Raffaella Locatelli</b>
	A seguire eventuale discussione programmi		
<b>Sala Stampa Corner Arena (Resega)</b>	<b>17:00-17:45</b>	<b>Mental Coaching:</b> Martinenghi, Patriarca, Stefanoni, Toniolo, Wittwer	<b>Gianmaria Regazzoni</b>
<b>Sala Stampa Corner Arena (Resega)</b>	<b>17:45-18:45</b>	<b>Mental Coaching:</b> Biaggini, Genet, Mengoni, Vananti	<b>Gianmaria Regazzoni</b>

**NOTE:**

- Per teoria regolamenti, e Mental Coaching portare materiale da scrivere
- Per Yoga portare un tappetino
- Per presentazione dei programmi non è necessario il vestito da gara
- Comunicarci al più presto eventuali intolleranze alimentari**