

*ALLENAMENTO TECNICO DI ORIENTAMENTO
DA PARTE DEL COMITATO REG. FISO LAZIO
A CURA DI: GIULIO ROSSI*



QUANDO: Sabato: 11-02-2017 dalle ore 14:30 fino alle ore 16:30 (cercare di essere presenti per le 14.30) [si può comunque partire anche in ritardo per chi ha problemi di orario]

DOVE: Roma Centro Storico

ALLENAMENTO PROPOSTO:

- Allenamento tecnico sprint
- Difficoltà proposte: Principiante, Medio, Esperto

COME ARRIVARE:

Il ritrovo è il PINCIO, all'incrocio tra viale degli ippocastani e viale valadier. (sarebbe l'angolo nord del pincio). Per trovare il punto esatto del ritrovo, inserire su google maps queste coordinate così come sono nella barra di ricerca:

41.9122708,12.4799424



L'allenamento si svolgerà al raggiungimento di 15 partecipanti, e il costo sarà di 3€ a persona. Si prega di comunicare le **adesioni** se possibile **entro venerdì 10-02 alle ore 17:00**, in modo da permettere la stampa delle carte e vedere se raggiunto il numero minimo dei partecipanti. Si raccomanda un abbigliamento adeguato, soprattutto per il freddo di questi giorni.

Inviare le adesioni a Giulio Rossi, alla e-mail: ER.CAPO@HOTMAIL.IT oppure via sms al numero di cellulare **3384328404 (indicando anche la difficoltà)** In caso di invio Email, lasciare anche un recapito telefonico (nel caso non dovessi averlo)



A Presto,

nella speranza di una bella giornata di allenamento

Giulio Rossi.