

## Treinos de Natal 2006

<b>Dia</b>	<b>Hora</b>	<b>Treino*</b>	
18	2 <sup>a</sup>	17 – 18.30	Força
19	3 <sup>a</sup>	17 – 18.30	Treino específico
21	4 <sup>a</sup>	17 – 18.30	Contra-Ataque
22	5 <sup>a</sup>	17 – 18.30	Jogo
26	6 <sup>a</sup>	17 – 18.30	Preparação Torneio

**\* TODOS OS TREINOS SERÃO REALIZADOS À PORTA FECHADA**

**ALAVARIUM**