

PROGRAMMA						
Venerdi 18						
ore 14:00	ACCREDITAMENTO Asd Adriatica					
ore 16.00		CERIMONIA DI APERTURA Asd Adriatica				
ore 18.30		FINE				
Sabato 19						
	NUOTO (Piscina)	GINNASTICA (Asd Adriatica)	ATLETICA (Pol.Giannocaro)	TENNIS/CALCIO a 5 (Pol.Giannocaro)	BASKET IN CARROZINA (Palazzetto)	TENNIS TAVOLO (Palazzetto)
ore 9.00 - 11.30	Gare di Nuoto					Inizio torneo (Preliminari)
ore 10.30 - 12.30		Percorsi Ginnici Salti Corsa (riscaldamento) Tiri a canestro Lancio palla Percorsi		Calcio a 5 PER SORDI	Partita Dimostrazioni Tecniche di base	
ore 12.45 - 14.00	PAUSA PRANZO E ANIMAZIONE (Palestra Istituto d'arte)					
	NUOTO (Piscina)	GINNASTICA (Asd Adriatica)	ATLETICA (Pol.Giannocaro)	TENNIS/CALCIO a 5 (Pol.Giannocaro)	BASKET IN CARROZINA (Palazzetto)	TENNIS TAVOLO (Palazzetto)
ore 14.30- 16.30				CALCIO A 5 MENTALI		Corsa 60 m Corsa 40 m Lancio del Vortex Salto in lungo da fermi Percorsi Tiro a Canestro

ore 15.00 - 16.30				<u>TENNIS</u>		
ore 17.00- 18.00						Finale torneo nazionale
ore 18.00- 19.00						<u>CERIMONIA DI CHIUSURA</u>
ore 19.00						Partita Toarball (ESIBIZIONE)
						PREMIAZIONI
Domenica 20	VELA (Lega Navale)	GITE FUORI PORTA	CONVEGNO (Hotel CLIO)			
ore 9.00 - 11.00	Vela per disabili mentali (tecnica di rilassamento)	<u>Gita in barca</u> (Su prenotazione con imbarcazioni della LEGA NAVALE)				
ore 10.00		<u>CTG EGNATHIA</u> Visite guidate nel centro storico di Monopoli (Info su bando e moduli)				
ore 10.00						
ore 10.00			I DIRITTI DEI DISABILI (convegno HOTEL CLIO)			
Informazioni: manuela.lenoci@gmail.com - www.effeticollaterali.info - 339/5764728						