



FEDERAZIONE ITALIANA RUGBY

COMITATO REGIONALE LOMBARDO
- UFFICIO TECNICO -

TEL. 035/4131407 - FAX 035/244929
E-mail rugbylombardia@tiscali.it
segreteria tecnica@rugbylombardia.com

Prot.B 94/10

Bergamo 29 luglio 2010

Alle società lombarde interessate

Al Tecnico regionale:

Daniele Porrino

Al tecnico Nazionale: Doussy Philippe

Ai Dirigenti: Giovanetti Giuseppe, Brambilla Fabio, Giacomo Curione; Alessandro Manzoni

Al manager: Lanzi Giuseppe

Ai giocatori in elenco

Ai Preparatori atletici:

Pierosario Giuliano, Artina Matteo

Ai tecnici.

Alessandro Geddo, Enrico Arbosti

Al medico:

Pier Francesco Bettinsoli

Oggetto: **convocazione Stage estivo Sondalo 24 – 29 agosto**

In allegato trasmettiamo, l'elenco dei convocati per lo stage estivo a Sondalo (So) presso **la struttura Vallesana via Zubiani, 37**, <http://www.cfpsondrio.it/sondalo.html> dal 24 al 29 agosto.

Come raggiungere la struttura

In auto: da Milano prendere la SS 36 (direzione Lecco -Colico); direzione Sondrio Bormio uscita per Sondalo SS 38.

In treno: dalla stazione di Milano Centrale prendere il treno per Tirano e quindi l'autobus per Sondalo.

Il ritrovo è fissato alle ore 15.00 presso la struttura sopra indicata, alle ore 15.30 si svolgerà una riunione di accoglienza a cui possono partecipare i genitori interessati.

I ragazzi sono pregati di portare €. 5.00 per l'entrata alle terme.

L'occasione è gradita per porgere cordiali saluti.

Per problemi di trasporto o ulteriori informazioni contattare il Tecnico regionale

Daniele Porrino 334.6835796 E-Mail : d.porrino@federugby.it

Il Tecnico Regionale
Daniele Porrino

Il Presidente C.R. Lombardo
Angelo Bresciani

ORARIO	MARTEDÌ 24 AGOSTO	MERCOLEDÌ 25 AGOSTO	GIOVEDÌ 26 AGOSTO	VENERDÌ 27 AGOSTO	SABATO 28 AGOSTO	DOMENICA 29 AGOSTO
8.00	RITROVO ACCOGLIENZA RIUNIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE
9.00		TEST FISICI	TERME DI BORMIO	ALLENAMENTO CON COMITATO FRANCESE	ALLENAMENTO	PARTITA CON COMITE TARN E GARONNE
10.00						
11.00						
12.00		PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO
13.00						
14.00		RIPOSO	RIPOSO	RIPOSO	POMERIGGIO LUDICO RICREATIVO	
15.00						
16.00		ALLENAMENTO LEGGERO	ALLENAMENTO	ALLENAMENTO CON COMITATO FRANCESE		ALLENAMENTO CON GENOVA E COMITATO FRANCESE
17.00						
18.00	CENA	CENA	CENA	TERZO TEMPO	CENA	
19.00						
20.00	RIUNIONE	ATTIVITA' LUDICA RICREATIVA	RIUNIONE	ATTIVITA' LUDICA RICREATIVA	RIUNIONE	
21.00	BUONA NOTTE		BUONA NOTTE		BUONA NOTTE	BUONA NOTTE
22.00						
23.00	BUONA NOTTE	BUONA NOTTE	BUONA NOTTE	BUONA NOTTE	BUONA NOTTE	

Elenco giocatori convocati

N°	FIR	COGNOME	NOME	SOCIETA'
1	243972	GORIETTI	LUCA	ASR MILANO
2	175426	MORISI	MARCO	ASR MILANO
3	210048	FOTI	NICOLO'	ASR MILANO
4	242510	KOVACI	SEVERDZAN	BASSA BRESCIANA
5	254131	COSIO	ANDREA	BASSA BRESCIANA
6	315011	BELLOMI	NICOLA	BASSA BRESCIANA
7	235744	PIOVANI	NICOLA	BASSA BRESCIANA
8	209444	SPAGLIARDI	FILIPPO	R. CUS MILANO
9	208636	MINICUCI	CLAUDIO	RUGBY BERGAMO
10	227260	CAMINADA	ANDREA	RUGBY BERGAMO
11	202290	PARISINI	FRANCESCO	RUGBY BERGAMO
12	314227	SALAMINI	ALESSANDRO	RUGBY BERGAMO
13	291121	MAZZARDI	MICHELE	RUGBY BOTTICINO
14	254516	ROCCA	LEONARDO	RUGBY BRESCIA
15	237510	ALAA SHABAN	KARIM	RUGBY CALVISANO
16	257017	QUARANTINI	LUCA	RUGBY FIUMICELLO
17	210563	CECCARELLI	CLAUDIO	RUGBY FIUMICELLO
18	206898	FUSI	EMANUELE	RUGBY MONZA
19	209239	STEWARD	NICHOLAS MITCHELL	RUGBY MONZA
20	226253	MORCELLI	STEFANO	RUGBY MONZA
21	195232	APOSTOLI	NICOLA	RUGBY OSPITALETTO
22	294079	GALLI	MARCO	RUGBY ROVATO
23	266235	ARCHETTI	MATTEO	RUGBY ROVATO
24	270462	ZANAZZI	ELIA	RUGBY VIADANA
25	256230	CROSARA	MICHELE	RUGBY VIADANA
26	175483	ZAMBORLINI	IVAN	UNION MI
27	266976	PEZZOTTI	GIORGIO	VALLE CAMONICA
28	198372	BRAMBILLA	MICHELE	RUGBY CERNUSCO
29	271244	MONTINI	FEDERICO	R. SONDRIO

Il Comitato Regionale Lombardo fornirà unicamente una maglia per gli allenamenti e una da passeggio.

I ragazzi sono tenuti a portarsi l'abbigliamento da gioco per i sei giorni, l'abbigliamento per il tempo libero, scarpe da rugby e da ginnastica per test fisici, costume e cuffia per le terme, borsa del ghiaccio e borraccia.

Inoltre dovrai presentarti nella migliore condizione fisica possibile.