



## ESERCIZI ESTRATTI SABATO 11 GIUGNO PALA PILASTRO

### **PROF. JUNIOR**

VOLTA AVANTI EST. COMBINATA CON DOPPIO TRE EST. (3 ESEC) SX  
OTTO BOCCOLA AVANTI EST. DX  
OTTO DOPPIO TRE AVANTI EST. (2 ESEC) SX

### **JUNIORES GIOVANI**

CONTRO TRE AVANTI INT SX  
BOCCOLA AVANTI ESTERNA DX

### **ALLIEVI GIOVANI DEB**

CURVA INDIETRO INTERNA DX  
TRE AVANTI ESTERNO SX

### **ALLIEVI UISP DEB**

CURVA INDIETRO INTERNA DX  
TRE AVANTI INTERNO SX

### **PROF SENIOR**

DOPPIO TRE AV. EST. COMBINATO CON VOLTA EST. E DOPPIO TRE IND. (2 ESEC.) SX  
OTTO BOCCOLA AVANTI ESTERNO DX  
CONTRO TRE AV. EST COMBINATO CON CONTROVOLTA AV INT E CONTROTRE IND (2 ESEC.) DX