



**Cronograma de Treinos 2022 AMAB**

Segunda	Profissional	Terça	Profissional	Quarta	Profissional	Quinta	Profissional	Sexta	Profissional	Sábado	Profissional
		3x3 Sub16/18 14H00 - 15H30	CRISTAL/ POLI CENTRAL PQ JUVENTUDE			3x3 Sub16/18 14H00 - 15H30	CRISTAL/ POLI CENTRAL PQ JUVENTUDE	3x3 Sub16/18 14H00 - 15H30	CRISTAL - FIEC	3x3 Sub16/18/23 14H00 - 15H30	CRISTAL - SÃO PAULO
		Sub14 14h00 - 16h00	ALTIERI/ Rafael - FIEC			Sub14 14h00 - 16h00	ALTIERI/ Rafael - FIEC	Sub14 15h30 - 17h00	ALTIERI / Alex - FIEC	Sub14 09h00 - 11h00	ALTIERI / Alex - FIEC
				Sub14 16h00 - 17h30	ALTIERI/ Rafael/ Luciana			Sub15 17h00 - 18h30	MARCEL/Altieri / Luciana - FIEC	Sub15 11h00 - 13h00	MARCEL/Altieri / Luciana - FIEC
Sub15 17h30 - 19h00	MARCEL/ Luciana - FIEC			Sub15 17h20 - 18h50	MARCEL/ Altieri / Luciana - FIEC	Sub15 18h00 - 19h30	MARCEL/ Luana - FIEC	Sub13 18h30 - 20h00	LUANA/Marcel/ Altieri / Luciana - FIEC	Sub13 13h00 - 15h00	LUANA/ Susana/ Luciana - FIEC
Sub12 19h00 - 21h00	SUSANA/ Luciana/ Altieri - FIEC	Sub13 19h00 - 21h00	LUANA/Susana	Sub12 18h50 - 20h15	SUSANA/ Luciana/ Altieri / Marcel	Sub13 19h30 - 20h45	LUANA/Susana	Sub12 20h00 - 21h30	SUSANA/ Luciana/ Altieri - FIEC	Sub12 15h00 - 17h00	SUSANA/ Luciana/ Luana - FIEC
<b>Treino Físico Gremio</b>											
Segunda	Profissional	Terça	Profissional	Quarta	Profissional	Quinta	Profissional	Sexta	Profissional	Sábado	Profissional
Sub15 15H30 - 16H30	Alex e Luciana	3x3 16H00 - 17h00	ALEX	Sub 14 14h30 - 15h30 Sub15 15H30 - 16H30	ALEX e Luciana	3x3 16H00 - 17h00	ALEX				

**RAIMUNDO ALTIERI DA COSTA**

**Gestor Técnico**

**CREF: 075024 G/SP**

**GIRAFINHAS/AMAB – Associação Mauaense dos Amigos do Basquete**

Rua São Bernardo do Campo, 171 – sala 10 – CEP 09370420 – Jardim Haydee – Mauá – São Paulo  
C. N. P. J. : 13.025.543/0001-05 – site – [www.girafinhas.com.br](http://www.girafinhas.com.br)  
Contato: [girafinhasdobasquete@yahoo.com.br](mailto:girafinhasdobasquete@yahoo.com.br)