

# PROGRAMMA RITIRO PRESTAGIONALE

## Team MAMME Amatoriale

*da venerdì 6 settembre (sera) a domenica 8 settembre (pomeriggio)*

### **ven 6 settembre 2019:**

- ore 18:45 ritrovo CICI e partenza per Salso (automuniti)
- ore 20:30 cena hotel “Roma” a Salsomaggiore Terme
- ore 22:00 uscita serale in centro a Salsomaggiore Terme

### **sab 7 settembre 2019:**

- ore 9:30-11:00 basket: allenamento fisico e tecnico
- ore 12:00 pranzo
- ore 14:30-16:00 basket: allenamento fisico e tecnico
- ore 16:15-18:00 terme “Berzieri” (compreso nella quota)
- ore 20:30 cena
- ore 23:00 discoteca “Villa Paradiso” [15 € con consumazione]  
in via Paradiso, 87, Salsomaggiore Terme

### **dom 8 settembre 2019:**

- ore 9:00-10:30 basket: allenamento fisico e tecnico
- ore 10:30-12:30 piscina [ingresso 5 €]
- ore 12:30 pranzo
- ore 14:00 shopping Fidenza Village: [www.fidenzavillage.com](http://www.fidenzavillage.com)
- ore 17:00 partenza per fare ritorno ad Arese
- ore 19:00 arrivo ad Arese

### **LA QUOTA (di 200 €) COMPRENDE:**

- **pensione completa all’hotel “Roma” 3 stelle, in camera doppia:**
  - in Emilia-Romagna, a Salsomaggiore Terme (in provincia di Parma)
  - presso Hotel \*\*\* “Roma” in via Pietro Mascagni, 10, Salsomaggiore Terme (PR) - [www.hotelromasalsomaggiore.it](http://www.hotelromasalsomaggiore.it)
  - distanza: 136 km – 1h e 34' (fonte Google Maps Arese-Salsomaggiore Terme)
- **ingresso alle terme “Berzieri”, centro benessere e cure termali:**
  - Piazza Lorenzo Berzieri, 1, Salsomaggiore Terme
  - a 350 m dall’hotel (4 minuti a piedi)
  - ingresso “DAY SPA” percorso benessere con mari d’Oriente, aria/acqua, bagno turco
  - [www.termest.it/it-IT/prezzi-e-orari-terme-berzieri.aspx](http://www.termest.it/it-IT/prezzi-e-orari-terme-berzieri.aspx)
- **allenamenti palestra “Assunta”:**
  - via Montello, 1, Salsomaggiore Terme (PR) - vicino alla Chiesa di S.M. Assunta
  - campo grande con canestri alti
  - n° 3 allenamenti di basket