FAMILIARIZZAZIONE GIOVEDI' DALLE 14.30 ALLE 18.30

CDN - C TORTONA 02 DIC 2022												MM RIPRESA	N° INTERVALLI	MM INTER	TEMPO		ORA - INIZIO	ULTIMO BIN.	ORA - FINE
VENERDI'																			
INDOOR																			
M100	**1**											08:00	0	15:00	00:08		**10:00**	10:00	**10:08**
M200	**1**											08:00	0	15:00	00:08		**10:08**	10:08	**10:16**
M300 ESEC	**1**											08:00	0	10:00	00:08		**10:16**	10:16	**10:24**
CCE ESER	**1**											07:00	0	10:00	00:07		**10:25**	10:25	**10:32**
F100	**2**											07:00	0	00:00	00:14		**10:32**	10:39	**10:46**
F1200	**1**											07:00	0	10:00	00:07		**11:00**	11:00	**11:07**
E300	**3**											06:00	0	00:00	00:18		**11:10**	11:22	**11:28**
E210	**15**											06:00	0	15:00	01:30		**11:30**	12:54	**13:00**
E200	**26**											06:00	1	10:00	02:46		**14:00**	16:40	**16:46**
E100	**10**											06:00	0	10:00	01:00		**17:00**	17:54	**18:00**
TENSOSTRUTTURA																			
E60	**29**											05:00	2	15:00	02:55		**12:30**	15:20	**15:25**
E80	**33**											05:00	2	10:00	03:05		**15:35**	18:35	**18:40**
ID20	**3**											05:00	0	15:00	00:15		**18:45**	18:55	**19:00**
ID30	**1**											05:00	0	00:00	00:05		**19:00**	19:00	**19:05**