

INICIO ADESTRAMENTOS XOVES DIA 3 SEPTEMBRO, EXCEPTO CATEGORÍA PROMESA QUE COMENZA O DIA 15 DE SEPTEMBRO.

<b>CATEGORIA</b>	<b>FEMENINA</b>	<b>MASCULINA</b>
<b>PROMESA</b>	2013 y posteriores	2011 y posteriores
<b>BENJAMIN</b>	2011 y 2012	2009 y 2010
<b>ALEVIN</b>	2009 y 2010	2007 y 2008
<b>INFANTIL</b>	2006, 2007 y 2008	2005 y 2006
<b>JUNIOR</b>	2004 y 2005	2003 y 2004
<b>ABSOLUTA</b>	2003 y anteriores	2002 y anteriores

## **HORARIOS**

PROMESAS (45 minutos de sesión):

4 GRUPOS POSIBLES: MARTES-XOVES 16:15h, MARTES-XOVES 17:00h, MERCORES-VENRES 16:15h, MERCORES-VENRES 17:00h.

BENXAMINES (45-55 minutos de sesión):

- NENAS 2012 E NENOS 2010 MARTES E XOVES 17:45h-18:40h.
- NENAS 2011 E NENOS 2009 LUNS, MERCORES E VENRES 17:45h-18:40h. (LUNS DE 17:00h a 18:00h).

ALEVINES (55 minutos a hora e 15 de sesión):

DE LUNS A VENRES DE 18:30h a 19:30h. (LUNS DE 18:00h a 19:15).

INFANTILES (de hora e media a 2 horas de sesión).

DE LUNS A VENRES 19:20h a 21:30h, SABADOS 09:30h a 11:30h. (LUNS DE 19:10h a 21:15h).

JUNIOR + ABSOLUTOS (sesiones según planificación):

DE LUNS A VENRES 16:00h a 18:00h, SABADOS 09:30h a 11:30h.

CATEGORIAS INFANTIL-JUNIOR Y ABSOLUTA, DESDE XOVES 3 E ATA VENRES 11 DE SEPTEMBRO AMBOS INCLUIDOS ADESTRAREMOS CON DIFERENTE HORARIO O NORMAL:

10:00h TODOS EXCEPTO NENAS 2007 Y 2008

16:30h NENAS 2008 y 2007