

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Primo allenamento al Palace Knights e ultimo della settimana per il Legnano Basket

Redazione · Sunday, August 25th, 2024

Dopo il ritrovo e una settimana piena di allenamenti al PalaBorsani, nella mattinata di sabato 24, **i Knights hanno svolto l'ultimo allenamento della prima settimana al Knights palace** di Via Parma, sede della società.

Allenamento interamente dedicato alla pallacanestro, con esercizi di preparazione finalizzati al 5 contro 5, sempre molto presente in questa fase iniziale dell'anno.

La sgambata del Knights Palace è anche propedeutica alla **prima amichevole stagionale che si giocherà mercoledì 28 contro Gazzada, alle 19, proprio al Knights Palace.**

Nel video sotto, intervista a **Matteo Scala, preparatore atletico**, su come athleticamente ha trovato i Knights.

This entry was posted on Sunday, August 25th, 2024 at 1:56 pm and is filed under [Basket](#), [Legnano](#), [Sport](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.