7è CAMPUS ESTIU VIC RIUPRIMER REFO FUTBOL CLUB

HORARIS I ACT7IVITATS DE LA PRIMERA SETMANA (26/06 a 30/06)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:00 a 11:00 Presentació del campus + entrenament Treball: conducció	**9:00 a 11:00** Entrenament Treball: control i passada.	**PISCINA**	**9:00 a 11:00** Entrenament. Treball: els moviments.	**9:00 a 11:00** Entrenament Treball: regat i xut
11:00 a 11:30 Esmorzar	**11:00 a 11:30** Esmorzar		**11:00 a 11:30** Esmorzar	**11:00 a 11:30** Esmorzar
11:30 a 13:00 Porters Entrenament específic per grups	**11:30 a 13:00** Porters específic Grans: Padel Petits: jocs de futbol + partit		**11:30 a 13:00** Porters específic Petits: Padel Grans: jocs de futbol + partit	**11:30 a 13:00** **MUNDIALET**
11:30 a 13:00 45 min Partits 45 min Joc esportiu				

*Recordeu que cada dia heu de portar vambes i esmorzar. El dia de piscina, si es preveu mal temps, porteu equipatge d'entrenament i vambes.