

6è CAMPUS ESTIU VIC RIUPRIMER REFO, F. C.

HORARIS I ACTIVITATS DE LA 2a SETMANA (4/07 a 8/07)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:00 a 11:00 Entrenament Grup grans: superioritat numèrica. Grup mitjans i petits: control orientat i passada	PISCINA (DEIXAR ELS NENS A LES INSTAL·LACIONS DEL REMEI)	9:00 a 11:00 Entrenament Grans i mitjans: tècnica defensiva individual + dribbling Petits: conducció	9:00 a 11:00 Entrenament. Grans: moviments F11. Mitjans: moviment F7. Petits: coneixement de les posicions de F7.	9:00 a 10:45 Entrenament Treball: finalització
11:00 a 11:30 Esmorzar		11:00 a 11:30 Esmorzar	11:00 a 11:30 Esmorzar	10:45 a 11:15 Esmorzar
11:30 a 13:00 Porters Entrenament específic per grups		11:30 a 13:00 Porters Entrenament específic per grups	11:30 a 13:00 Mundialets	11:15 a 12:00 Entrenament específic porters per grups Partits
11:30 a 13:00 Grup grans: partit +padel Grup mitjans: jocs aplicat Grup petits: padel + partit		11:30 a 13:00 Grans: joc aplicat + partits Mitjans: padel + partit Petits: joc aplicat + partits		12:00 a 13:00 Jocs d'aigua. (portar xanquetes i roba de recanvi).

*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.

* Aquesta setmana **canvia el dia de piscina**. Divendres cal portar xanquetes i roba de recanvi.