

## 7è CAMPUS ESTIU VIC RIUPRIMER REFO FUTBOL CLUB

HORARIS I ACTIVITATS DE LA CINQUENA SETMANA ( 24/07 a 28/07)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>9:00 a 11:00</b> Entrenament Grans i mitjans: joc aeri Petits: control i passada	<b>9:00 a 10:30</b> Entrenament Grans i mitjans: canvi d'orientació Grup petits: Desmarcatge	<h1>PISCINA</h1>	<b>9:00 a 10:30</b> Grans i mitjans: transicions ofensives i defensives Petits: posicionament al camp	<b>9:00 a 11:00</b> Jocs de futbol lúdics (pitxi, ràpid,...)
<b>10:30 a 11:00</b> Esmorzar	<b>10:30 a 11:00</b> Esmorzar		<b>10:30 a 11:00</b> Esmorzar	<b>11:00 a 11:30</b> Esmorzar
<b>11:00 a 13:00</b> Porters Entrenament específic grups	<b>11:00 a 13:00</b> Porters Entrenament específic grups		<b>11:00 A 13:00</b>	<b>11:30 a 13:00</b>
<b>11:00 a 13:00</b> Mitjans i petits: pàdel + partit Grans i mitjans: Play Station + partit	<b>11:00 a 13:00</b> Mitjans i petits: play station + partit Grans i mitjans: pàdel + partit		<b>MUNDIALETS</b>	<b>JOCS D'AIGUA</b>

\*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.

\* Pels jocs d'aigua cal portar roba per canviar-se