

7è CAMPUS ESTIU VIC RIUPRIMER REFO FUTBOL CLUB

HORARIS I ACTIVITATS DE LA SEGONA SETMANA (03/07 a 07/07)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:00 a 10:30 Entrenament Grup grans: superioritat numèrica. Grup mitjans i petits: control orientat i passada	9:00 a 11:00 Treball de futbol amb la visita de Pau Moral , entrenador del Futbol Club Barcelona.	<h1>PISCINA</h1>	9:00 a 11:00 Entrenament. Grans: inferioritat numèrica Mitjans: inferioritat numèrica Petits: Moviments	9:00 a 10:45 Entrenament Treball: xut i finalització
10:30 a 11:00 Esmorzar	11:00 a 11:30 Esmorzar		11:00 a 11:30 Esmorzar	10:45 a 11:15 Esmorzar
11:00 a 13:00 Porters Entrenament específic per grups	11:30 a 13:00 Porters Entrenament específic per grups		11:30 a 13:00	11:15 a 12:00 Entrenament específic porters per grups Partits
11:00 a 13:00 (estacions) J1. Partit reduït J2. Jocs diversos J3. Joc de precisió J4. Play station	11:30 a 13:00 Jocs de taula i partits		Mundialets	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.