



# SETMANA 1: del 4 al 8 de juliol

MONITORES: AROA RUBIO, LAIA BARRÓN I ANNA SANCHEZ TLF: 664660519

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:00 - 10:30H	PRESENTACIÓ DE GRUPS INTRODUCCIÓ / PERFECCIONAMENT DEL BOT FINALITZACIONS	INTRODUCCIÓ I PERFECCIONAMENT DEL TIR (tir en moviment / mitja i curta distància) FINALITZACIONS TIR EN SITUACIÓ REAL DE PARTIT	ENTRENAMENT TÈCNICA INDIVIDUAL PASSADA + CONTROL ORIENTAT	TIR EN MOVIMENT I SITUACIONS REALS DE PARTIT (tecnica tirs lliures) FINALITZACIONS SITUACIONS 2X2 I 3X3	TÈCNICA INDIVIDUAL (bot i finalitzacions) SITUACIONS D'ATAC I DEFENSA JOCS AMB PILOTA TOTS ELS GRUPS BARREJATS
10:30 - 11:00H	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
11:00 - 12:00H	TECNICA / INTRODUCCIÓ A LA DEFENSA 3X3 CONTINU	PERFECCIONAMENT DE LA DEFENSA 5X5 CONTINU	PISCINA	2A FASE TORNEIG CAMPUS 1A SETMANA	FASE <b>FINAL</b> DEL TORNEIG CAMPUS BASQUET 1A SETMANA
12:00 - 13:00H	PISCINA	PISCINA	1A FASE TORNEIG CAMPUS 1A SETMANA	PISCINA	PISCINA
13:00 - 15:00H	MENJADOR	MENJADOR	MENJADOR	MENJADOR	MENJADOR
15:00 - 17:00H	PISCINA	JOCS AL POLIESPORTIU	PISCINA	TARDA DE JOCS	PEL·LÍCULA

Observacions: Portar roba i calçat esportiu i roba per banyar-se cada dia. Bidó d'aigua i cantimplora.