



STAGE PRE-TEMPORADA

CLUB BÀSQUET SANT POL

PLANNING DIARI DETALLAT			
HORA	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
8:00H – 8:30H	-	DESPERTAR-SE	DESPERTAR-SE
8:30H – 9:00H	-	ESMORZAR	ESMORZAR
9:00H – 10:45H	-	ENTRENAMENT BÀSQUET	ENTRENAMENT BÀSQUET
10:45H – 11:00H	-	FRUITA	FRUITA
11:00H – 12:30H	-	PISCINA	ACTIVITATS LLEURE
12:30H – 13:00H	-	CANVIAR-SE	LLIURE
13:00H – 14:00H	-	DINAR	DINAR
14:00H – 15:00H	-	LLIURE	LLIURE
15:00H – 16:00H	SORTIDA PAVELLÓ SANT POL		PISCINA
16:00H – 17:00H	VIATGE	ACTIVITATS LLEURE	CANVIAR-SE I RECULLIR
17:00H	ARRIBADA A LA CASA COLÒNIES		RECULLIDA NENS I MARXAR
17:30 H	REPARTIMENT HABITACIONS	BERENAR	-
18:00 H	ENTRENAMENT BÀSQUET	ENTRENAMENT BÀSQUET	-
19:30 H	DUTXA I CANVIAR-SE	DUTXA I CANVIAR-SE	-
20:00 H	SOPAR	SOPAR	-
21:00 H	ACTIVITAT / JOC DE NIT	ACTIVITAT / JOC DE NIT	-
22:30 H	DORMIR	DORMIR	-

