

# HORARIS d'ENTRENAMENT

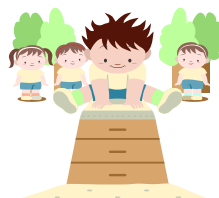


JULIOL 2022



**BENJAMÍ GRAN** Masc 2011 i fem 2012

**\* Del 1 al 29 de Juliol 2022\***



## **Diàriament de 09:00 a 13:00**

De 09:00 a 10.00	Excursió i/o jocs esportius
De 10:00 a 10.45	Gimnàs
De 10.45 a 11.00	Petit esmorzar.
De 11.00 a 12.00	Natació Piscina de 25m.
De 12.00 a 13:00	Jocs esportius a la platja i nedo al mar

**RECORDEU 4 SETEMBRE TRAVESSIA DE CALELLA & AQUATLÓ**

**ENTRENADOR: ADRIÀ TÉBAR i PACO NIETO**