

Programma "GOALIE CAMP" 2013

giovedì 28 marzo

ore attività

16.00	ritrovo presso il bar ristoro il cherubino		
17.00	riscaldamento		
17.30	arti superiori- gioco aereo	arti inferiori	integrazione
18.30		coordinazione oculopodalico	
19.30	gioco finale		
20.00			
20.30			
21.00	cena		
21.30			
22.00	city tour		

venerdì 29 marzo

ore attività

8.30	colazione		
9.00			
9.30	riscaldamento		
10.00			
10.30	coordinazione oculo manuale - corti	rete	boomerang
11.00			
11.30			
12.00			
12.30	gioco finale		
13.00			
13.30	pranzo		
14.00			
14.30	riposo		
15.00			
15.30			
16.00	riscaldamento		
16.30			
17.00	uscite, 1vs1	block sliding	boomerang e rete
17.30			
18.30			
19.30	gioco finale		
20.00	cena		
20.30			
21.00	gioco notturno		
21.30			

sabato 30 marzo

ore	attivit�				
8.00	colazione				
8.30					
9.00	riscaldamento				
9.30					
10.00	combo	combo	combo		
10.30					
11.00					
11.30	gioco finale				
12.00					
12.30					
13.00	pranzo				
13.30					
14.00					
14.30	trasporto alla stazione				