



OkEstiu 2016. Del 27 de Juny al 29 de Juliol.

Planning Setmanal

Matí

- 8.45h a 9.00h: arribada al Pavelló 2.
- 9.00h a 10.45h: Jocs de coordinació i esmorzar al Parc Ramon Barnils.
- 10.45h a 11.00h Vestidor.
- 11.00h a 14.00h Pista Pavelló 2
- 14.00h a 14.25h Dutxa
- 14.30h a 15.30h Dinar al Restaurant L'Art

Tarda

Dilluns, Dimecres i Divendres:

- 15.45h Anem cap a la Piscina del Parc Central
- 16.00h a 17.45h Piscina.
- A partir de les 18.00h Recollida al Pavelló

Dimarts i Dijous:

- 15.45h Vestidor.
- 16.00h a 18.00h Partits al Pavelló.
- A partir de les 18.00h recollida.

Dirigit per:

- Miki Soler
- Marc Rué
- Pau Gilabert.

I amb la col·laboració de monitors i entrenadors del club.

Pavelló Esportiu Municipal

Rambla del Cellers/n

(Entrada per Rambla Jaume Sabat)



OkEstiu 2016. Del 27 de Juny al 29 de Juliol

- ▶ Que cal portar?
- ▶ Equipació d'hoquei
- ▶ Bambes
- ▶ Tovallola i sabó de dutxa
- ▶ Banayador, xancletes i tovallola de piscina.
- ▶ Esmorzar.