

PAU GASOL ACADEMY
PLANNING HORARIO (Provisional)
PAU GASOL ACADEMY - RISING STARS



	Domingo 1	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6	Sábado 7
7h							
8h		Despertador Desayuno	Despertador Desayuno	Despertador Desayuno	Despertador Desayuno	Despertador Desayuno	Despertador Desayuno
		Traslado instalación	Traslado instalación	Traslado a Actividad	Traslado instalación	Traslado instalación	Traslado instalación
9h		Briefing Jornada	Briefing Jornada		Briefing Jornada	Briefing Jornada	Entreno Final Finales concursos PGA Palau Blaugrana
		Preparación Física Propiocepción	Preparación Física Propiocepción	Actividad lúdica	Preparación Física Propiocepción	Preparación Física Propiocepción	
10h		1ª Sesión Técnica individual	2ª Sesión Técnica individual		4ª Sesión Técnica individual	5ª Sesión Técnica individual	
11h		Almuerzo	Almuerzo		Almuerzo	Almuerzo	
		1ª Sesión Táctica individual Técnica aplicada a la toma de decisiones	Master Class	3ª Sesión Táctica individual Técnica aplicada a la toma de decisiones	4ª Sesión Táctica individual Técnica aplicada a la toma de decisiones	Partido Pau Gasol's Rising Stars	
12h		Tecnificación Ducha		Tecnificación Ducha	Tecnificación Ducha		
13h		Piscina	Piscina	Traslado a Hospitalet Nord	Piscina	Formación 9: Pau Gasol experience	Clausura de la PGA Entrega distinciones
		Comida	Comida	Comida	Comida		
14h							
		Formación 2	2ª Sesión Táctica individual Técnica aplicada a la toma de decisiones	Formación 6	Master Class	Comida	
15h		Master Class	Salida Basquet playa + Tchoukball	2ª Sesión Táctica colectiva 3x3, 5x5, inferioridades, juego por conceptos,...			Academies Day
16h	Recepción participantes y documentación Presentación Academy			Merienda	Merienda		
17h	Sesión inicial Entrenos de niveles	Táctica colectiva aplicada	Master Class	Ducha	Ducha	Ducha	
18h	Ducha	Ducha					Ducha
19h	Recogida / Traslado hotel	Traslado hotel	Traslado hotel	Traslado hotel	Traslado hotel	Traslado hotel	
20h	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	
	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre		
21h	Formación 1: Gasol Foundation	Formación 3: Gasol Foundation	Formación 5	Formación 7	Formación 8	Salida a Barcelona	
22h	Habitaciones Dormir	Habitaciones Dormir	Habitaciones Dormir	Habitaciones Dormir	Habitaciones Dormir		Habitaciones / dormir
23h							

* Pendientes de confirmar