

PAU GASOL ACADEMY
PLANNING HORARI (Provisional)
PAU GASOL ACADEMY - UPC - INTERNS



	Diumenge 1	Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6	Dissabte 7
7h							
8h		Despertador Esmorzar	Despertador Esmorzar	Despertador Esmorzar	Despertador Esmorzar	Despertador Esmorzar	Despertador Esmorzar
		Trasllat instal·lació	Trasllat instal·lació	Trasllat instal·lació	Trasllat instal·lació	Trasllat instal·lació	Trasllat instal·lació
9h		Briefing Jornada	Briefing Jornada	Briefing Jornada	Briefing Jornada	Briefing Jornada	
10h		Preparació Física propiocepció	Preparació Física propiocepció	Preparació Física propiocepció	Preparació Física propiocepció	Preparació Física propiocepció	Entrenament Final Finals Concursos PGA Ciutat Esportiva FCB
		1ª Sessió tècnica individual	2ª Sessió tècnica individual	3ª Sessió tècnica individual	4ª Sessió tècnica individual	5ª Sessió tècnica individual	
11h		Snack	Snack	Snack	Snack	Snack	
12h		1ª Sessió Tàctica individual / col·lectiva Tècnica aplicada a la presa de decisions	Clinic NBA Junior	2ª Sessió Tàctica individual / col·lectiva Tècnica aplicada a la presa de decisions	4ª Sessió Tàctica individual / col·lectiva Tècnica aplicada a la presa de decisions	5ª Sessió Tàctica individual / col·lectiva Tècnica aplicada a la presa de decisions	Partit Pau Gasol's Rising Stars
13h		Piscina Grups 1-3 Treball específic grups 4-6		Treball específic grups 1-3 Piscina Grups 4-6	Piscina Grups 1-3 Treball específic grups 4-6	Treball específic grups 1-3 Piscina Grups 4-6	
		Trasllat al menjador	Trasllat al menjador	Trasllat al menjador	Trasllat al menjador	Trasllat al menjador	
14h		Dinar	Dinar	Dinar Grups 1-3 Dinar Trasllat a activitat lúdica	Dinar Dinar	Dinar Grups 4-6 Dinar Trasllat a l'activitat	Dinar
15h		Trasllat al Pavelló	3ª Sessió Tàctica individual / col·lectiva Tècnica aplicada a la presa de decisions	Activitat lúdica Grups 1-3	Trasllat al Pavelló	Trasllat al Pavelló	Trasllat al Pavelló
16h	Recepció participants i documentació Presentació Academy	Competicions PGA individuals			Competicions PGA individuals	Competicions PGA individuals	Competicions PGA individuals
17h		Berenar	Berenar	Berenar	Berenar	Berenar	
18h	Sessió inicial Entrenaments de nivells	Competicions PGA 3x3	Competicions PGA 3x3	Competicions PGA 3x3	Competicions PGA 3x3	Competicions PGA 5x5	
	Dutxa	Dutxa	Dutxa	Trasllat a UPC Dutxa	Dutxa	Trasllat a UPC Dutxa	Dutxa
19h	Recollida / Trasllat hotel	Recollida / Trasllat hotel	Recollida / Trasllat hotel	Recollida / Trasllat hotel	Recollida / Trasllat hotel	Recollida / Trasllat hotel	
20h	Sopar	Sopar	Sopar	Sopar	Sopar	Sopar	
	Temps lliure	Temps lliure	Temps lliure	Temps lliure	Temps lliure		
21h	Jocs de nit	Jocs de nit	Jocs de nit	Jocs de nit	Jocs de nit	Sortida a Barcelona	
22h							
	Habitacions Dormir	Habitacions Dormir	Habitacions Dormir	Habitacions Dormir	Habitacions Dormir	Habitacions / dormir	
23h							

* Pendientes de confirmar