

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

* Pendientes de confirmar