



BENFICA
ESCOLAS DE FUTEBOL

CAMPOS DE FÉRIAS DE FUTEBOL

Entidade licenciada - Nº de Registo: 81/DRLVT

SEMANA TIPO

VERÃO

2ª feira		3ª feira		4ª feira		5ª feira		6ª feira		
Hora	Actividades	Hora	Actividades	Hora	Actividades	Hora	Actividades	Hora	Actividades	
08:30	Recepção Participantes	08:30	Recepção Participantes	08:30	Recepção Participantes	08:30	Recepção Participantes	08:30	Recepção Participantes	
09:00	Apresentação das Normas de Funcionamento	09:00	Sintético Estadio Treino Nº 3	09:00	Sala Exterior Visualização Jogo	09:00	Sintético Estadio Treino Nº 7	09:00	Sala Exterior CONFERÊNCIA DE IMPRENSA	
09:30		09:30		09:30		09:30		09:30		
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	Lanche	
10:30	Lanche		Lanche		Lanche		Lanche		Sintético Estadio Treino Nº 9	
11:00	Sintético Estadio TREINO Nº1 (Treino de Avaliação de Capacidades)	11:00	Sintético Estadio Treino Nº 4 (Aperfeiçoamento Técnicas Individuais)	11:00	Sintético Estadio Treino Nº 5 (Futebol de Rua)	11:00	Sala Exterior Plano de Treino	11:00		
11:30		11:30		11:30		11:30		11:30	Sintético Estadio Controlo do Corpo e da Mente	
12:00		12:00		12:00		12:00		12:00		
12:30	Almoço	12:30	Almoço	12:30	Almoço	12:30	Almoço	12:30	Almoço	
13:00		13:00		13:00		13:00		13:00		
13:30		13:30		13:30		13:30		13:30		
14:00	Visita ao Museu	14:00	Cinema NOS Colombo Tarde de Cinema	14:00	Sala Exterior Lesões e Nutrição no Desporto	14:00	Sala Exterior QUIZZ	14:00	Atividade Final	
14:30		14:30		14:30		14:30		14:30		
15:00		15:00		15:00		15:00		15:00		
15:30	Sintético Estadio Treino Nº 2	15:30	Sintético Estadio Treino Nº 6	15:30	Sintético Estadio Treino Nº 8	15:30	Sintético Estadio Festa de Encerramento	15:30		
16:00		16:00		16:00		16:00		16:00		
16:30		16:30		16:30		16:30		16:30		
17:00	Entrega de Participantes	17:00	Lanche	17:00	Lanche	17:00	Lanche	17:00	Entrega de Participantes	
17:30		17:30		17:30		17:30		17:30		
18:00	Entrega de Participantes		Entrega de Participantes		Entrega de Participantes		Entrega de Participantes		Entrega de Participantes	
18:30										