



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 Estádio Treino Nº 3	09:00	Sala Exterior Visualização Jogo	09:00	Sintético Estádio 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	
10:30	Lanche	10:30	Lanche	10:30	Lanche	10:30	Lanche	10:30	Lanche
11:00	Sintético Estádio TREINO Nº1 (Treino de Avaliação de Capacidades)	11:00	Sintético Estádio Treino Nº 4 (Aperfeiçoamento Técnicas Individuais)	11:00	Sintético Estádio Treino Nº 5 (Futebol de Rua)	11:00	Sala Exterior Plano de Treino	11:00	Sintético Estádio Treino Nº 9 Controlo do Corpo e da Mente
11:30		11:30		11:30		11:30		11:30	
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	Sintético Estádio 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 Estádio Treino Nº 2	15:30	Cinema NOS Colombo Tarde de Cinema	15:30	Sintético Estádio Treino Nº 6	15:30	Sintético Estádio Treino Nº 8	15:30	Festa de Encerramento
16:00		16:00		16:00		16:00		16:00	
16:30		16:30		16:30		16:30		16:30	
17:00	Lanche	17:00	Lanche	17:00	Lanche	17:00	Lanche	17:00	Lanche
17:30	Lanche	17:30	Lanche	17:30	Lanche	17:30	Lanche	17:30	Lanche
18:00	Entrega de Participantes	18:00	Entrega de Participantes	18:00	Entrega de Participantes	18:00	Entrega de Participantes	18:00	Entrega de Participantes
18:30		18:30		18:30		18:30		18:30	