



I Am Sport In Progress

Programación Orientativa Universitarios

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES
09:00	VIAJE (hora de salida dependiendo ciudad)	09:00	DESAYUNO	09:00	DESAYUNO	09:00	DESAYUNO	09:00	DESAYUNO
10:00		09:45	TRASLADO	10:00	PIRAGUA	09:45	TRASLADO	10:00	VELA / PIRAGUA
11:00		10:00	NATACIÓN	11:30	SNACK	10:00	NATACIÓN	11:30	SNACK
12:00		11:00	SNACK	12:00	VELA	11:00	SNACK	12:00	ENTREGA DE PREMIOS Y DESPEDIDA DEL CURSO
13:00		11:40	ATLETISMO	13:45	ASEO	11:40	ATLETISMO	13:00	COMIDA
14:00		12:40	ASEO	14:00	COMIDA	12:40	ASEO	14:00	RECOGIDA
15:00	ORGANIZACIÓN	13:15	TRASLADO	15:00	DESCANSO	13:15	TRASLADO	14:30	VIAJE
16:00	BALONMANO	13:30	COMIDA	16:00	ATLETISMO	13:30	COMIDA		VIAJE (hora de llegada dependiendo destino)
17:00	TALLER DE HIDRATACIÓN	14:30	DESCANSO	17:00	TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS	14:30	DESCANSO		
17:30	JUDO	15:15	MINDFULNESS	17:30	NATACIÓN	15:15	MINDFULNESS		
18:30	MINDFULNESS	16:00	BALONMANO	18:30	MINDFULNESS	16:00	BALONMANO		
19:30	DUCHAS	17:00	TALLER DE PREVENCIÓN	19:30	DUCHAS	17:00	TALLER DE PREVENCIÓN		
20:30	CENA	17:30	JUDO	20:30	CENA	17:30	JUDO		
21:30	FIESTA BIENVENIDA	18:30	MINDFULNESS	21:30	PELÍCULA TEMÁTICA DEPORTIVA	18:30	MINDFULNESS		
23:00	FIN	19:30	DUCHA	23:00	FIN	19:30	DUCHA		
		20:30	CENA			20:30	CENA		
		21:30	PELÍCULA TEMÁTICA DEPORTIVA			21:30	PELÍCULA TEMÁTICA DEPORTIVA		
		23:00	FIN			23:00	FIN		