

Concentració d'entrenaments grup de PRETECNIFICACIÓ (2004) de la FCN **Residència Joaquim Blume, el 26 al 28 demarç de 2018**

CN Granollers	Claudia Soler Garcia Alice Gallardo Egea Regina Casino Aroca Claudia Gonzalez Gomis
CN Mataró	Irina Ballo Garcia
CN Sabadell	Claudia Carlota Ballera Muñoz Zuley León Rodriguez
CN Kallipolis	Bel Vaillant Lucia Pérez Moreno Nuria Martín-Mora
CN Tarraco	Daniela Pardillos
Tècniques FCN	Anna Vega / Alba Cabello / Paula Klamburg

Programa d'activitats

Dilluns, 26 de març de 2018

- 10:00 Recepció de les esportistes a la residència
- 10:30 a 12:15 Entrenament aigua
- 12:30 a 14:00 Gimnàs
- 14:15 a 15:45 Dinar i descans
- 16:00 a 20:00 Entrenament aigua
- 20:45 a 22:30 Sopar i activitats de grup

Dimarts, 27 de març de 2018

- 08:30 a 09:00 Esmorza
- 09:30 a 11:45 Entrenament aigua
- 12:00 a 14:00 Entrenament amb sec
- 14:15 a 15:45 Dinar i descans
- 16:00 a 20:00 Entrenament aigua
- 20:45 a 22:30 Sopar i activitats de grup

Dimecres, 28 de març de 2018

- 08:30 a 09:00 Esmorza
- 09:30 a 13:20 Entrenament amb sec
- 13:45 Recollida de les esportistes al pavelló.