



CAMPUS SEMANA SANTA 2022

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO

10:30 h

Entrada alumnos de forma escalonada y protocolo de seguridad:

- ✓ Registro de alumnos
- ✓ Acceso al campus

11:00 h

Organización de grupos de entrenamientos. Técnica e individual

11:15 h

Entrenamientos de técnica individual

12:00 h

Descanso y tentempié (agua o zumo y fruta o barrita energética)

12:15 h

Entrenamientos de técnica colectiva

13:15 h

Estiramientos y vuelta a la calma

13:30 h

Finalización y salida escalonada