

PLANIFICACIÓ MIC'19 – CADET



mic
FOOTBALL
19th Edition

| HORARI | DIMECRES 17 | DIJOUS 18 |
|--------|--------------------------------|------------------------------------|
| 8:00 | TROBADA A FLAÇA | |
| 8:30 | SORTIDA CAP A FIGUERES | TROBADA A FLAÇA |
| 8:40 | | SORTIDA DE FLAÇA A LLAGOSTERA |
| 9:00 | | |
| 9:10 | ARRIBADA A FIGUERES (*) | |
| 9:20 | | ARRIBADA A LLAGOSTERA |
| 10:00 | INAUGURACIÓ | CE FLAÇA – BR10 SPORTS |
| 10:10 | | |
| 11:00 | | |
| 11:15 | | ESTIRAMENTS-RECUPERACIÓ |
| 11:45 | | SORTIDA DE LLAGOSTERA A RIUDARENES |
| 12:30 | SORTIDA DE FIGUERES | ARRIBADA A RIUDARENES |
| 13:00 | | DINAR |
| 13:15 | DINAR A LA TROBADA | |
| 14:00 | | |
| 14:30 | SORTIDA CAP A VILABLAREIX | SORTIDA DE RIUDARENES A HOSTALRIC |
| 15:00 | ARRIBADA A VILABLAREIX | PASSEIG PER HOSTALRIC |
| 16:00 | CE FARNERS – CE FLAÇA | TEMPS LLIURE FINS A LES 16:15 |
| 16:15 | | |
| 17:00 | | US YOUTH SOCCER EAST REGION BOYS |
| 17:30 | SORTIDA DE VILABLAREIX A FLAÇA | |
| 18:00 | ESTIRAMENTS-RECUPERACIÓ (**) | |
| 18:30 | | SORTIDA D'HOSTALRIC |
| 19:15 | FI JORNADA (*) | ARRIBADA A FLAÇA |
| 19:30 | | ESTIRAMENTS-RECUPERACIÓ (**) |
| 20:00 | | FI JORNADA (*) |

(*) Horari aproximat

(**) Els entrenaments de recuperació post-partit tindran un temps aproximat de 30' després dels quals els jugadors tindran una estona lliure havent d'estar a l'hora indicada al lloc de reunió si s'escau.

Es obligatori que tots els jugadors portin tota la roba del club (2 pantalons, 2 parells de mitjons, samarreta d'escalfament, desuadora i "peto") i que vagin sempre uniformats amb el **xandall del club**.

Al finalitzar la jornada del dijous 18, s'informarà dels horaris del divendres 19 en funció de la classificació i s'enviarà per whatsapp la corresponent planificació.

Rebreu informació puntual del desenvolupament del torneig via whatsapp.