



CLINIC NAVIDAD 2017

CIUDAD DEPORTIVA WANDA

DEL 26 AL 29 DE DICIEMBRE

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO

8:45h	Salida en Autobús (Vicente Calderón).
9:15h	Entrada alumnos sin autobús a la Ciudad Deportiva Wanda.
9:30h	Formación de grupos de entrenamiento técnico (individual y colectivo).
11:30h	Descanso y snack.
12:00h	Entrenamiento técnico (individual y colectivo).
13:30h	Salida en Autobús (Hacia Universidad Camilo José Cela).
14:00h	Comida.
15:00h	Actividades lúdicas no deportivas.
16:00h	Salida en Autobús (Hacia la Ciudad Deportiva Wanda).
17:00h	Partidos.
18:30h	Salida en autobús.

MENÚS DIARIOS

MARTES 26 DE DICIEMBRE

- 1º) Lentejas con verduras.
- 1º) Arroz blanco con tomate.
- 2º) Huevos fritos con salchichas y patatas panaderas.
- 2º) Filete de merluza con ensalada.

Postre variado y pan

MIÉRCOLES 27 DE DICIEMBRE

- 1º) Macarrones boloñesa.
- 1º) Judías con jamón.
- 2º) Hamburguesa con patatas.
- 2º) Tortilla de patata con ensalada.

Postre variado y pan

JUEVES 28 DE DICIEMBRE

- 1º) Sopa de cocido con fideos.
- 1º) Lasaña boloñesa.
- 2º) Albóndigas en salsa con patatas.
- 2º) San Jacobos con ensalada.

Postre variado y pan

VIERNES 29 DE DICIEMBRE

- 1º) Arroz a banda.
- 1º) Puré de verduras.
- 2º) Salchichas con patatas.
- 2º) Filete de pollo empanado.

Postre variado y pan

·Si eres alérgico o te sienta mal alguna comida, díselo a tu monitor. Hazlo antes de ingerir algo que sabes que te puede sentar mal.

·Tu monitor es responsable de ti. Antes de salir de las instalaciones, deberás comunicárselo. Además, tu responsable legal deberá firmar la autorización de salida.

MATERIAL DIARIO POR ALUMNO

Será necesario que cada participante acuda al clinic equipado con el siguiente material:

- Sudadera.
- Camisetas (2).
- Medias o calcetines para cambiarse (2).
- Chubasquero.
- Barra de labios de cacao.
- Botas de fútbol multitaco para césped. (entrenamiento) y zapatillas de deporte (resto del tiempo).
- Los porteros deberán acudir con guantes.

NORMATIVA DEL CAMPUS

1. Se deberán respetar los horarios de las actividades programadas.
2. Será obligatorio seguir las directrices de los monitores y entrenadores.
3. Quedan prohibidos teléfonos móviles u otros dispositivos electrónicos en el Campus.
4. No está permitido el uso de lenguaje irrespetuoso u ofensivo.
5. Queda prohibido el consumo de drogas, tabaco y alcohol.
6. Se deberá respetar y cuidar las instalaciones y el entorno natural del Campus.
7. Se deberá cuidar la higiene personal diaria.
9. Está prohibido apropiarse de objetos ajenos.

*La Fundación no se hace responsable del daño o pérdida de ningún aparato electrónico.

**Los padres de los alumnos se responsabilizarán de cualquier daño ocasionado en las instalaciones.

El programa puede verse modificado en función de las necesidades organizativas. El servicio de autobús estará sujeto a utilizar un mínimo de plazas, pudiendo anularse si no se cubren.