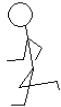



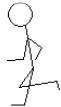











Escola de Modalidade de S. Pedro da Gafanhoeira

Planificação do Treino

Microciclo nº 010

Semana de 08 a 14 de Setembro de 2008

	2ª	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Infantis				Treino físico 		Treino Orientação 	Treino Orientação 
Iniciados		Treino físico 		Treino físico 	Treino físico 	Marinha Grande Treino Orientação 	Praia da Vieira Treino Orientação 
Juv-Jun-Sem		Treino físico 	Treino Orientação 	Treino físico 	Treino físico 	Treino Orientação 	Treino Orientação 
Local		18h30 Polidesportivo	8h15 Junta Freguesia	18h30 Polidesportivo	18h30 Polidesportivo	7h Escola Primária	Voltar 17h S. Pedro