



Horario Tipo Base - MUESTRA

lunes			martes			miércoles			jueves			viernes			sábado		
HORA	DURACION	ACTIVIDAD	HORA	DURACION	ACTIVIDAD	HORA	DURACION	ACTIVIDAD	HORA	DURACION	ACTIVIDAD	HORA	DURACION	ACTIVIDAD	HORA	DURACION	ACTIVIDAD
7:00	1:00	RECEPCION / REGISTRO	6:50	0:10	LEVANTARSE	6:50	0:10	LEVANTARSE	7:00	0:05	LEVANTARSE	7:00	0:15	LEVANTARSE	7:30	0:10	LEVANTARSE
8:00	0:40	DESAYUNO	7:00	0:10	ASEO PERSONAL	7:00	0:10	ASEO PERSONAL	7:05	0:20	DESAYUNO	7:15	0:15	ASEO PERSONAL	7:40	0:10	ASEO PERSONAL
8:40	0:20	TRASLADO	7:10	0:30	DESAYUNO	7:10	0:30	DESAYUNO	7:25	0:20	ASEO PERSONAL	7:30	0:30	DESAYUNO	7:50	0:10	LAVANDERIA / ENTREGA DE ROPA A REPETIDORES
9:00	0:40	EVALUACIONES MEDICAS	7:40	0:40	RECORRIDO POR EL CAMPUS UFD RUTA 1	7:40	1:00	ACTIVIDAD RECREATIVA: RALLY PREDEPORTIVO	7:45	0:15	TRASLADO	8:00	0:30	BANKART	8:00	1:01	DESAYUNO
9:40	0:50	FUTBOL INTEGRACION	8:20	0:25	ACTIVIDAD INTEGRACION: DISCO VOLADOR	8:40	0:35	TRASLADO A CAJERO	8:00	1:00	TALLER INTERACTIVO FUTBOL MATCH	8:30	0:30	TRASLADO	9:01	0:45	CHARLA TECNICA
10:30	0:40	COLACION MATUTINA	9:45	0:15	TRASLADO	9:15	0:15	TRASLADO	9:00	0:20	TRASLADO	9:00	2:00	RECORRIDO EN MUNDO FUTBOL Y SALON DE LA FAMA	9:46	0:15	TRASLADO
11:10	0:50	EVALUACIONES FISICAS NORTE	10:00	0:20	TRABAJO PREVENTIVOS	9:30	0:30	SALIDA A ESTADIO	9:20	0:35	FOTO GRUPAL	11:00	0:30	TRASLADO	10:01	2:00	INICIO DE PARTIDO
12:00	0:15	TRASLADO	10:20	0:30	MODULOS TECNICOS, ASISIADOS Y BASICOS	10:00	0:30	RECORRIDO EN TUNEL Y VESTIDORES	9:55	0:15	TRASLADO	11:30	0:25	ASEO PERSONAL	12:01	0:50	DEVOLUCIONES
12:15	0:20	ASEO PERSONAL	10:50	0:10	COLACION MATUTINA	10:30	0:10	COLACION MATUTINA	10:10	0:40	ASPECTOS TECNICOS ESPECIFICOS QUE RELACIONEN LAS SOCIEDADES CON DIRECCION	11:45	1:45	TORNEO TEQBALL	13:00	10:00	SIN ACTIVIDAD
12:35	0:40	ENTREGA DE UNIFORMES	11:00	1:00	FUTBOL INTEGRACION	10:40	0:30	TOMA DE FOTOGRAFIA / OBSERVACION DE ENTRENAMIENTO PER EQUIPO	10:50	0:10	COLACION MATUTINA	13:30	0:30	COMIDA	0:00	23:00	SIN ACTIVIDAD
13:15	0:15	TRASLADO	12:00	0:15	TRASLADO	11:10	0:30	RECORRIDO EN MUNDO TUZO	11:00	1:00	ASPECTOS TACTICOS CON FINALIZACION	14:00	0:15	LAVANDERIA			
13:30	0:40	COMIDA	12:15	0:20	ASEO PERSONAL	11:40	0:30	ESTANGIA EN BIFE SPORTS	12:00	0:15	TRASLADO	14:15	0:10	TRASLADO			
14:10	0:15	TRASLADO	12:35	0:15	LAVANDERIA / ENTREGA DE ROPA LIMPIA	12:10	0:10	TRASLADO A CAMION	12:15	0:20	ASEO PERSONAL	14:25	0:40	PREPARACION PSICOLOGICA DEL DEPORTISTA			
14:25	0:50	ACTIVIDAD DE PRESENTACION: LA FIESTA	12:50	0:30	COMIDA	12:20	0:30	REGRESO A UFD	12:35	0:20	LAVANDERIA	15:05	0:15	TRASLADO			
15:15	0:15	TRASLADO	13:25	0:25	IDENTIFICACION: *CREACION DE PORRA	12:50	0:15	LAVANDERIA / ENTREGA DE ROPA LIMPIA	12:55	0:55	ACTIVIDAD RECREATIVA: GYMKANA	15:20	1:00	ACTIVIDAD RECREATIVA RUEDA DE PRENSA			
15:30	0:45	EVALUACIONES PSICOLOGICAS	13:50	0:10	TRASLADO	13:05	0:15	ASEO PERSONAL	13:50	0:30	COMIDA	16:20	0:10	TRASLADO			
16:15	0:45	FUTBOL DRAFT	14:00	1:00	TALLER DE PREVENCIÓN DE LESIONES	13:20	0:30	COMIDA	14:20	1:55	TORNEO TEQBALL	16:30	0:20	PREVENTIVOS			
17:00	0:15	COLACION VESPERTINA	15:00	0:30	TRASLADO	13:50	0:20	IDENTIFICACION: *CREACION DE PORRA	16:15	0:15	TRASLADO	16:50	0:20	REPASO TEORICO DE ESTRATEGIAS			
17:15	0:45	MODULOS TECNICOS	15:30	0:45	IDENTIFICACION: *ELABORACION DE ESTANDARTE	14:10	0:10	TRASLADO	16:30	0:30	ASPECTOS TECNICOS RELACIONADO CON LAS CONSERVACIONES (ASPECTOS TACTICOS) MEDIOS TACTICOS (POSICIONAMIENTO) CON LOS PARTIDOS EN LAS POSICIONES REALES	17:10	0:30	ASPECTOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS / TRANSICIONES			
18:00	0:15	TRASLADO	16:15	0:15	TRASLADO	14:20	0:40	TALLER DE NUTRICION	17:00	1:00		17:40	0:20	RECREATIVO			
18:15	0:30	LAVANDERIA	16:30	0:10	TRABAJO PREVENTIVOS	15:00	0:15	TRASLADO	18:00	0:15	TRASLADO	18:00	0:10	TRASLADO			
18:45	0:20	ASEO PERSONAL	16:40	0:30	MODULOS DE CONSERVACIONES	15:15	1:00	COMPRA DE SOUVENIR EN PLAZA UFD Y BAZAR	18:15	0:10	COLACION VESPERTINA	18:10	0:10	COLACION VESPERTINA			
19:05	0:25	ACTIVIDAD ROMPE HIELO SALUDOS DEL CUERPO	17:10	0:50	FUTBOL DRAFT	16:15	0:15	TRASLADO	18:25	0:25	LAVANDERIA	18:20	0:15	LAVANDERIA / REPETIDORES			
19:30	0:45	CENA	18:00	0:10	TRASLADO	16:30	0:30	PREVENTIVOS / ACTIVIDAD NEUROMUSCULAR / MODULOS TECNICOS	18:50	0:20	ASEO PERSONAL	18:35	0:15	ASEO PERSONAL			
20:15	1:00	*LECTURA DE REGLAMENTO *ELABORACION DE DISTINTIVO*	18:10	0:20	LAVANDERIA	17:00	1:00	FUTBOL CORRECTIVOS / ARMADO DE CATEGORIAS CON FUTBOL DRAFT	19:10	0:10	TRASLADO	18:50	0:20	TRASLADO			
21:15	2:00	DORMIR	18:30	0:20	ASEO PERSONAL	18:00	0:10	TRASLADO	19:20	0:40	CENA	19:10	0:30	PREPARATIVOS DE EQUIPAJE Y UNIFORMES DE JUEGO			
			18:50	0:10	COLACION VESPERTINA	18:10	0:10	COLACION VESPERTINA	20:00	1:45	JUEGOS DE MESA	19:40	0:10	TRASLADO			
			19:00	0:10	TRASLADO	18:20	0:20	ASEO PERSONAL	21:45	0:15	TRASLADO	19:50	0:50	CENA			
			19:10	0:30	COMUNICACION ACERTIVA: IMITANDO JUGADORES	18:40	0:20	LAVANDERIA	22:00	2:00	DORMIR	20:40	1:00	RECONOCIMIENTO: INDIVIDUAL Y POR EQUIPO			
			19:40	0:40	TRASLADO	19:00	0:10	TRASLADO				21:40	2:00	DORMIR			
			19:50	0:40	CENA	19:10	0:30	ACTIVIDAD ARTISTICA: CUENTA CHISTES									
			20:30	0:10	TRASLADO	19:40	0:10	TRASLADO									
			20:40	1:10	ACTIVIDAD DE INTEGRACION:	19:50	0:40	CENA PABELLON									
			21:50	2:00	DORMIR	20:30	0:10	TRASLADO									
						20:40	1:10	ACTIVIDAD ARTISTICA									
						21:50	2:00	DORMIR									

**HORARIO TIPO CON FINES ILUSTRATIVOS, FAVOR DE CONSULTAR LOS HORARIOS CORRESPONDIENTES A LA CATEGORÍA ASIGNADA**