

## 5. HORARIS DE LA JORNADA

9:30 Convocatòria jugadores (Es prega PUNTUALITAT)

9:30-10:30 Test Antígens + Antropometria

Aniran accedint per parelles del mateix club, sempre que sigui possible. Si superen el test, passaran al vestuari i posteriorment realitzaran els mesuraments antropomètrics i recollida de dades personals. Una vegada finalitzin tot, esperaran a la graderia o directament en pista.

10:45-12:00 Proves físiques

12:00-13:00 Entrenament Tècnica/tàctica individual (2 grups de 15 jugadores + 2 porteres)

13:00-13:30 Dutxa

13:30-14:15 Dinar grup 1 - Test Psicològics grup 2

14:15-15:00 Dinar grup 2 - Test Psicològics grup 1

15:30-16:30 Xerrada informativa CATH

17:00-18:30 Entrenament Tàctica col·lectiva (2 grups de 15 jugadores + 2 porteres)

18:30- 19:30 Competició 4 equips (petit berenar abans de començar)

19:30-20:00 Dutxa

20:15 Final convocatòria jugadores.