

5º OriJunior – Marinha Grande

(19 a 22 de Dezembro 2011)

Programa:

Magenta e Azul	
19h00/19h30 – Recepção: Secção Centro Estágio FPO 20h00 - Jantar 22h00 – Reunião apresentação do estágio	Dia 19 2ª feira
08h00 – Pequeno-almoço 09h00 – “Curvas Nível” (no mapa da <u>Praia da Vieira</u>) 12h00 – Almoço 15h30 – “Janelas Loucas Score” (<u>Facho</u>) 18h00 – Reunião 19h00 – Jantar 21h30 – “Nocturno formal” (no mapa <u>Pedreanes</u>)	Dia 20 3ª feira
08h00 – Pequeno-almoço 09h00 – “Círculo Curvas Nível” (no mapa <u>Pedreanes</u>) 12h00 – Almoço 15h30 – “Opções Agudas” (no mapa <u>Facho</u>) 18h00 – Reunião 19h00 – Jantar 21h30 – “Nocturno Chasing Start” (no mapa <u>Pedreanes</u>)	Dia 21 4ª feira
08h00 – Pequeno-almoço 09h00 – “Estafetas de dois elementos” (no mapa <u>Pataias</u>) 12h00 – Almoço 13h30 – Reunião e análise dos treinos 15h00 – Encerramento do estágio	Dia 22 5ª feira