



Plano Semanal – 23 a 28 de Setembro 2007

		Domingo 23	Segunda 24	Terça 25	Quarta 26	Quinta 27	Sexta 28
Despertar	8ºB/10ºC	-----	7:30	7:30	7:30	7:30	6:15
	9ºC/10ºD			9:30			
Primeiro Almoço	8ºB/10ºC	-----	7:45	7:45	7:45	7:45	Na Escola
	9ºC/10ºD			9:45			
Saída para a Escola	8ºB/10ºC	-----	8:00	8:00	8:00	8:00	6:30
	9ºC/10ºD			9:55			
Escola	8ºB		9:05/17:40	8:20/16:40			
	9ºC	-----	8:20/17:40	10:05/18:30	8:20/13:45	8:20/13:45	8:20/13:30
	10ºC		9:05/16:45	8:20/16:40			
	10ºD		8:20/14:00	10:05/18:30			
Tempo de Estudo	8ºB		14:15/15:15	16:45/17:45			
	9ºC	-----	12:35/13:30	11:35/12:35	14:00/14:45	14:00/14:45	-----
	10ºC		16:45/17:40	16:45/17:45			
	10ºD		15:00/16:30	14:15/15:15			
Treino de Equipa		-----	19:00/21:00	21:00/23:00	15:00/15:45 (M) 16:15/18:30	15:00/16:00 (M) + SURPRESA !	6:45/8:00
Jantar		-----	21:30	18:45	20:00	20:30	Partida 14:52
Após Jantar		Chegada 22:52	22:30	Treino	20:30	20:30	-----
Deitar		23:30	23:00	23:30	22:30	22:00	-----

NOTA: Este plano pode sofrer alterações, que serão oportunamente comunicadas aos jogadores.