

# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

## 2013-16

MASCULÍ - FEMENÍ

Tècnics Natació: Julia S. | Claudia M.

Tècnics Waterpolo: Álvaro | Laura

Responsables: Juan Carlos Q. | Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIÓ</b>	17.15 - 18.15	17.15 - 18.15	17.15 - 18.15	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>		18.15 - 19.00		FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

\* **WATERPOLO** per infants nascuts l'any 2014

\* **Els inscrit/es al Habawaba** realitzaran la planificació del torneig (Del 9 al 12 d'Abril)

## 2012

MASCULÍ - FEMENÍ

Tècnics Natació: Rubén | Adri

Tècnics Waterpolo: Álvaro | Laura

Responsables: Juan Carlos Q. | Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIÓ</b>	17.15 - 18.15	17.15 - 18.15	17.15 - 18.15	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>		18.15 - 19.00		FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

\* **Els inscrit/es al Habawaba** realitzaran la planificació del torneig (Del 9 al 12 d'Abril)

*Important:*

**LLEGENDA DE LES CASELLES**  
(A l'última pàgina)

Pàgina 1/8



# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

2011  
MASCULÍ - FEMENÍ

Tècnics Natació: Adri I Saül

Tècnics Waterpolo: Laura I Iván M.

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
NATACIÓ	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
WATERPOLO	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

\* Els inscrit/es al Habawaba realitzaran la planificació del torneig (Del 9 al 12 d'Abril)

2010  
MASCULÍ - FEMENÍ

Tècnics Natació: Rubén I Saül

Tècnics Waterpolo: Laura I Iván M.

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
NATACIÓ	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
WATERPOLO	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

\* Els inscrit/es al Habawaba realitzaran la planificació del torneig (Del 9 al 12 d'Abril)

Important:

LLEGENDA DE LES CASELLES  
(A l'última pàgina)

Pàgina 2/8



# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

## 2009 MASCULÍ

Tècnics Natació: Adri I Saül

Tècnics Waterpolo: Vicenç I Iván M.

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIÓ</b>	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30	11.00 - 12.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

## 2009 FEMENÍ

Tècnics Natació: Rubén I Juan Carlos Q.

Tècnics Waterpolo: Vicenç I Iván M.

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIÓ</b>	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>	18.00 - 20.00	18.00 - 20.00	12.30 - 13.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

Important:

**LLEGENDA DE LES CASELLES**  
(A l'última pàgina)

Pàgina 3/8



# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

## 2008 MASCULÍ

Tècnics Natació: Rubén I Saül

Tècnic Waterpolo: Iván M.

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIÓ</b>	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	12.30 - 13.30	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

## 2008 FEMENÍ

Tècnics Natació: Rubén I Juan Carlos Q.

Tècnic Waterpolo: Vicenç

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIÓ</b>	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>	18.00 - 20.00	18.00 - 20.00	18.00 - 20.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

Important:

**LLEGENDA DE LES CASELLES**  
(A l'última pàgina)

Pàgina 4/8



# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

## 2006-07 MASCULÍ

Tècnics Natació: Rubén I Saül

Tècnic Waterpolo: Iván M.

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIO</b>	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>	15.00 - 17.00	15.00 - 17.00	15.00 - 17.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

## 2006-07 FEMENÍ

Tècnics Natació: Rubén I Juan Carlos Q.

Tècnic Waterpolo: Vicenç

Responsables: Juan Carlos Q. I Fran T.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIÓ</b>	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	09.00 - 11.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
<b>WATERPOLO</b>	18.00 - 20.00	18.00 - 20.00	18.00 - 20.00	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA

*Important:*

**LLEGENDA DE LES CASELLES**  
(A l'última pàgina)

Pàgina 5/8



# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

## >2005 [NATACIÓ] MASCULÍ I FEMENÍ

Tècnics Natació: Juan Carlos Q.

Responsable: Juan Carlos Q.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIO</b>	<b>09.00 - 11.00</b>	<b>09.00 - 11.00</b>	<b>09.00 - 11.00</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>

## ADAPTADA [NATACIÓ] MASCULÍ I FEMENÍ

Tècnic Natació: Juan Carlos Q.

Responsable: Juan Carlos Q.

	Dilluns 11/04	Dimarts 12/04	Dimecres 13/04	Dij. 14/04	Div. 15/04	Diss. 16/04	Dium. 17/04	Dill. 18/04
<b>NATACIO</b>	<b>09.00 - 11.00</b>	<b>09.00 - 11.00</b>	<b>09.00 - 11.00</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>

*Important:*

**LLEGENDA DE LES CASELLES**  
(A l'última pàgina)

Pàgina 6/8



# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

## MÀSTERS [NATACIÓ] MASCULÍ I FEMENÍ

Tècnics Natació: Saül

Responsable: Juan Carlos Q.

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dij.	Div.	Diss.	Dium.	Dill.
	11/04	12/04	13/04	14/04	15/04	16/04	17/04	18/04
<b>NATACIÓ</b>	<b>07.00 - 08.00</b>	<b>14.00 - 15.00</b>	<b>14.00 - 15.00</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>

*Important:*

**LLEGENDA DE LES CASELLES**  
(A l'última pàgina)

Pàgina 7/8











# HORARIS ENTRENAMENTS

HORARIS SETMANA SANTA TEMPORADA 2021 - 2022

21  
22

## LLEGENDA

CODI DE COLORS DE LES CASELLES

	Entrenament <b>físic</b> , pot ser en sec a espais terrestres o també als espais de piscina.
	Entrenament <b>específic de Natació</b> .
	Entrenament <b>específic de Waterpolo</b> .
	<b>Entrenaments variables</b> de natació que <b>es comunicaran a inici de la semana</b> en curs.
	<b>Entrenaments variables</b> de waterpolo que <b>es comunicaran a inici de la semana</b> en curs.
	Entrenaments <b>subjectes a partits o competicions</b> del club.
	Aquests entrenaments es realitzaran <b>al Club Natació l'Hospitalet</b> , Carrer Rosalía de Castro 39-43, 08901, L'Hospitalet de Llobregat. <b>(A partir de l'1 d'octubre 2021)</b>
	Aquests entrenaments es realitzaran <b>al Club Natació Molins</b> , Carrer Esperanto S/N, 08750, Molins de Rei. <b>(A partir de l'1 d'octubre 2021)</b>

*\*El color del marc de la casella indica la secció a la que correspon l'entrenament.*

*Important:*

**LLEGENDA DE LES CASELLES**  
(A l'última pàgina)

Pàgina 8/8

