



GENERALITAT DE CATALUNYA  
Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
C/ Sardana 17  
Banyoles



## 1R NIVELL ENSENYAMENTS ESPORTIUS ESPECIALITAT FUTBOL

### SETEMBRE 2011

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1	2
	5	6	7	8	9
	12	13	14	15	16
18.30 - 19.25	PRESENTACIÓ CURS				
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		DESENV. PROF.		
20.20 - 20.35	ENTR. ESPORTIU		DESENV. PROF.		
20.35 - 21.30	DESCANS		DESCANS		
21.30 - 22.25	BAF I		DESENV. PROF.		
	BAF I		DESENV. PROF.		
	19	20	21	22	23
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		DESENV. PROF.		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		DESENV. PROF.		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BAF I		DESENV. PROF.		
21.30 - 22.25	BAF I		DESENV. PROF.		
	26	27	28	29	30
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		METODOLOGIA		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		METODOLOGIA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BAF I		DESENV. PROF.		
21.30 - 22.25	BAF I		DESENV. PROF.		



**GENERALITAT DE CATALUNYA**  
 Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
 C/ Sardana 17  
 Banyoles



## OCTUBRE 2011

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	3	4	5	6	7
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		METODOLOGIA		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		METODOLOGIA		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30	BAF I		METODOLOGIA		
21.30 - 22.25	BAF I		METODOLOGIA		
	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU				
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU				
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		FESTA		
20.35 - 21.30	BAF I				
21.30 - 22.25	BAF I				
	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		METODOLOGIA		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		METODOLOGIA		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30	BAF I		METODOLOGIA		
21.30 - 22.25	BAF I		METODOLOGIA		
	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
18.30 - 19.25	REGLES DE JOC		METODOLOGIA		
19.25 - 20.20	REGLES DE JOC		METODOLOGIA		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30	REGLES DE JOC		METODOLOGIA		
21.30 - 22.25	REGLES DE JOC		METODOLOGIA		
	<b>31</b>				
18.30 - 19.25					
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35	<b>FESTA</b>				
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					



GENERALITAT DE CATALUNYA  
Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
C/ Sardana 17  
Banyoles



## NOVEMBRE 2011

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
18.30 - 19.25		1	2	3	4
19.25 - 20.20			REGLES DE JOC		
20.20 - 20.35			REGLES DE JOC		
20.35 - 21.30		FESTA	DESCANS		
21.30 - 22.25			REGLES DE JOC		
	7	8	9	10	11
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		REGLES DE JOC		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		REGLES DE JOC		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BAF I		REGLES DE JOC		
21.30 - 22.25	BAF I		REGLES DE JOC		
	14	15	16	17	18
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		REGLES DE JOC		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		REGLES DE JOC		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BAF I		REGLES DE JOC		
21.30 - 22.25	BAF I		REGLES DE JOC		
	21	22	23	24	25
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		REGLES DE JOC		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		REGLES DE JOC		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BAF I		REGLES DE JOC		
21.30 - 22.25	BAF I		REGLES DE JOC		
	28	29	30		
18.30 - 19.25	ENTR. ESPORTIU		DIRECCIÓ EQUIPS		
19.25 - 20.20	ENTR. ESPORTIU		DIRECCIÓ EQUIPS		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BAF I		DIRECCIÓ EQUIPS		
21.30 - 22.25	BAF I		REGLES DE JOC		



**GENERALITAT DE CATALUNYA**  
 Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
 C/ Sardana 17  
 Banyoles



## DESEMBRE 2011

<b>HORARI</b>	<b>DILLUNS</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>DIVENDRES</b>
18.30 - 19.25				1	2
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35					
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					
	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
18.30 - 19.25	<b>1rs AUXILIS</b>		<b>DIRECCIÓ EQUIPS</b>		
19.25 - 20.20	<b>1rs AUXILIS</b>		<b>DIRECCIÓ EQUIPS</b>		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>	<b>FESTA</b>	<b>DESCANS</b>	<b>FESTA</b>	
20.35 - 21.30	<b>1rs AUXILIS</b>		<b>DIRECCIÓ EQUIPS</b>		
21.30 - 22.25	<b>1rs AUXILIS</b>		<b>DIRECCIÓ EQUIPS</b>		
	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
18.30 - 19.25	<b>1rs AUXILIS</b>		<b>DIRECCIÓ EQUIPS</b>		
19.25 - 20.20	<b>1rs AUXILIS</b>		<b>DIRECCIÓ EQUIPS</b>		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30	<b>1rs AUXILIS</b>		<b>DIRECCIÓ EQUIPS</b>		
21.30 - 22.25	<b>1rs AUXILIS</b>				
	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
18.30 - 19.25	<b>E. ESP./1rs AUX.</b>		<b>TÈCNICA</b>		
19.25 - 20.20	<b>E. ESP./1rs AUX.</b>		<b>TÈCNICA</b>		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		<b>FESTA</b>
20.35 - 21.30	<b>E. ESP./1rs AUX.</b>		<b>TÈCNICA</b>		
21.30 - 22.25	<b>E. ESP./1rs AUX.</b>		<b>TÈCNICA</b>		
	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>
18.30 - 19.25					
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					



GENERALITAT DE CATALUNYA  
Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
C/ Sardana 17  
Banyoles



## GENER 2012

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
18.30 - 19.25					
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					
	9	10	11	12	13
18.30 - 19.25	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
19.25 - 20.20	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
21.30 - 22.25	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
	16	17	18	19	20
18.30 - 19.25	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
19.25 - 20.20	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
21.30 - 22.25	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
	23	24	25	26	27
18.30 - 19.25	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
19.25 - 20.20	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
21.30 - 22.25	E. ESP./1rs AUX.		TÈCNICA		
	30	31			
18.30 - 19.25	E. ESP./1rs AUX.				
19.25 - 20.20	E. ESP./1rs AUX.				
20.20 - 20.35	DESCANS				
20.35 - 21.30	E. ESP./1rs AUX.				
21.30 - 22.25	E. ESP./1rs AUX.				



GENERALITAT DE CATALUNYA  
Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
C/ Sardana 17  
Banyoles



## FEBRER 2012

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
18.30 - 19.25			1	2	3
19.25 - 20.20			TÈCNICA		
20.20 - 20.35			TÈCNICA		
20.35 - 21.30			<b>DESCANS</b>		
21.30 - 22.25			TÈCNICA		
	6	7	8	9	10
18.30 - 19.25	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
19.25 - 20.20	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
21.30 - 22.25	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
	13	14	15	16	17
18.30 - 19.25	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
19.25 - 20.20	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
21.30 - 22.25	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
	20	21	22	23	24
18.30 - 19.25			TÈCNICA		
19.25 - 20.20			TÈCNICA		
20.20 - 20.35	<b>FESTA</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30			TÈCNICA		
21.30 - 22.25			TÈCNICA		
	27	28	29		
18.30 - 19.25	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
19.25 - 20.20	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
20.20 - 20.35	<b>DESCANS</b>		<b>DESCANS</b>		
20.35 - 21.30	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
21.30 - 22.25	1rs AUXILIS		TÈCNICA		



GENERALITAT DE CATALUNYA  
Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
C/ Sardana 17  
Banyoles



## MARÇ 2012

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
18.30 - 19.25				1	2
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35					
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					
	5	6	7	8	9
18.30 - 19.25	1rs AUXILIS		PREPARACIÓ FÍSICA		
19.25 - 20.20	1rs AUXILIS		PREPARACIÓ FÍSICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	SOCIOLOGIA		PREPARACIÓ FÍSICA		
21.30 - 22.25	SOCIOLOGIA		PREPARACIÓ FÍSICA		
	12	13	14	15	16
18.30 - 19.25	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
19.25 - 20.20	1rs AUXILIS		TÈCNICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	SOCIOLOGIA		TÈCNICA		
21.30 - 22.25	SOCIOLOGIA		TÈCNICA		
	19	20	21	22	23
18.30 - 19.25	1rs AUXILIS		PREPARACIÓ FÍSICA		
19.25 - 20.20	SOCIOLOGIA		PREPARACIÓ FÍSICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BASES PSICOP.		PREPARACIÓ FÍSICA		
21.30 - 22.25	BASES PSICOP.		PREPARACIÓ FÍSICA		
	26	27	28	29	30
18.30 - 19.25	O.L.E.		PREPARACIÓ FÍSICA		
19.25 - 20.20	O.L.E.		PREPARACIÓ FÍSICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BASES PSICOP.		PREPARACIÓ FÍSICA		
21.30 - 22.25	BASES PSICOP.		PREPARACIÓ FÍSICA		



GENERALITAT DE CATALUNYA  
Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
C/ Sardana 17  
Banyoles



## ABRIL 2012

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
18.30 - 19.25					
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					
	9	10	11	12	13
18.30 - 19.25			PREPARACIÓ FÍSICA		
19.25 - 20.20			PREPARACIÓ FÍSICA		
20.20 - 20.35	FESTA		DESCANS		
20.35 - 21.30			PREPARACIÓ FÍSICA		
21.30 - 22.25					
	16	17	18	19	20
18.30 - 19.25	O.L.E.		TÀCTICA		
19.25 - 20.20	O.L.E.		TÀCTICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
21.30 - 22.25	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
	23	24	25	26	27
18.30 - 19.25	O.L.E.		TÀCTICA		
19.25 - 20.20	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
21.30 - 22.25	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
	30				
18.30 - 19.25					
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35	FESTA				
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					



**GENERALITAT DE CATALUNYA**  
 Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
*C/ Sardana 17*  
*Banyoles*



## MAIG 2012

<b>HORARI</b>	<b>DILLUNS</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>DIVENDRES</b>
18.30 - 19.25		1	2	3	4
19.25 - 20.20			TÀCTICA		
20.20 - 20.35			TÀCTICA		
20.35 - 21.30		FESTA	DESCANS		
21.30 - 22.25			TÀCTICA		
	7	8	9	10	11
18.30 - 19.25	TERM. CAT.		TÀCTICA		
19.25 - 20.20	TERM. CAT.		TÀCTICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
21.30 - 22.25	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
	14	15	16	17	18
18.30 - 19.25	TERM. CAT.		TÀCTICA		
19.25 - 20.20	TERM. CAT.		TÀCTICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
21.30 - 22.25	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
	21	22	23	24	25
18.30 - 19.25	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
19.25 - 20.20	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	TERM. CAT.		TÀCTICA		
21.30 - 22.25			TÀCTICA		
	28	29	30	31	
18.30 - 19.25	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
19.25 - 20.20	BASES PSICOP.		TÀCTICA		
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS		
20.35 - 21.30	ESP. ADAPTAT		TÀCTICA		
21.30 - 22.25	ESP. ADAPTAT		TÀCTICA		



GENERALITAT DE CATALUNYA  
Departament d'Ensenyament  
*Institut Pere Alsius i Torrent*  
C/ Sardana 17  
Banyoles



## JUNY 2012

<u>HORARI</u>	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
18.30 - 19.25					1
19.25 - 20.20					
20.20 - 20.35					
20.35 - 21.30					
21.30 - 22.25					
	4	5	6	7	8
18.30 - 19.25	BASES PSICOP.		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
19.25 - 20.20	BASES PSICOP.		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS	DESCANS	
20.35 - 21.30	ESP. ADAPTAT		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
21.30 - 22.25	ESP. ADAPTAT		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
	11	12	13	14	15
18.30 - 19.25	BASES PSICOP.		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
19.25 - 20.20	BASES PSICOP.		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS	DESCANS	
20.35 - 21.30	ESP. ADAPTAT		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
21.30 - 22.25	ESP. ADAPTAT		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
	18	19	20	21	22
18.30 - 19.25	BASES PSICOP.		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
19.25 - 20.20	BASES PSICOP.		SEGURETAT ESP.	TÀCTICA	
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS	DESCANS	
20.35 - 21.30	ESP. ADAPTAT		TÀCTICA	TÀCTICA	
21.30 - 22.25	ESP. ADAPTAT		TÀCTICA	TÀCTICA	
	25	26	27	28	29
18.30 - 19.25	BASES PSICOP.		TÀCTICA	TÀCTICA	
19.25 - 20.20	BASES PSICOP.		TÀCTICA	TÀCTICA	
20.20 - 20.35	DESCANS		DESCANS	DESCANS	
20.35 - 21.30	ESP. ADAPTAT		TÀCTICA	TÀCTICA	
21.30 - 22.25	ESP. ADAPTAT		TÀCTICA	TÀCTICA	