

LION BOOTCAMP  
**SURF & SKATE**  
**EDITION**

**PROGRAMA SEMANAL**



Entra na onda, a melhor manobra deste Verão é no Sporting.

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>08h00 08h30</b>	<b>ACOLHIMENTO PARTICIPANTES</b>				
	ESTÁDIO JOSÉ ALVALADE				
<b>10H00 13H00</b>	Preparação Física				
	+	+	+	+	+
	Treino SURF Costa da Caparica				
<b>ALMOÇO</b>					
ESTÁDIO JOSÉ ALVALADE					
<b>14H30 16H00</b>	Ginástica de Trampolins	Atletismo	Ginástica de Trampolins	Tour Estádio SCP	Ultimate Lions
<b>16H00 17H30</b>	Welcome Lions	Skate	Skate	Tour Museu SCP	Conhecer Figura Sporting
<b>LANCHE TARDE</b>					
<b>SAÍDA</b>					

Nota: O Programa está sujeito a alterações.

