

"Creating Healthy Habits" (Creando Hábitos Saludables)

- Los tutores acompañantes desarrollarán su proyecto de 15:30 a 17:00
- Profesores GMR impartirán estos temas:

DÍA 1- DOMINGO Llegada y presentación

DÍA 2- LUNES Health and wellness

DÍA 3- MARTES Hygiene

DÍA 4- MIÉRCOLES Hobbies and sports + Excursión a León

DÍA 5- JUEVES Mindfulness, growth mindset and meditation

DÍA 6- VIERNES Nutrition

DÍA 7- SÁBADO Entrega de diplomas y despedida

HORA	DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
08:00	VIAJE	Despertarse					
08:30		Desayuno					
09:00		GMR "Wake Up" - Sesión de estiramientos baile y meditación - READY FOR THE DAY!!					
09:30		SESIÓN 1	SESIÓN 1	EXCURSIÓN	SESIÓN 1	SESIÓN 1	Recogida
10:00							Entrega diplomas
10:30							
11:00							Despedida
11:30		Almuerzo + sesiones one-to-one			Almuerzo + sesiones one-to-one		
12:00		SESIÓN 2	SESIÓN 2		SESIÓN 2	SESIÓN 2	VIAJE
12:30							
13:00							
13:30							
14:00		Comida					
14:30							
15:00		Tiempo Libre + sesiones one-to-one					
15:30		Proyecto de los profesores del colegio					
16:00							
16:30							
17:00		Merienda + sesiones one-to-one					
17:30		SESIÓN 3	SESIÓN 3	SESIÓN 3	SESIÓN 3	Encuestas	
18:00						STREAMING	
18:30		Bienvenida					
19:00							
19:30		Normas					
20:00		Test	Ducha y Móviles				
20:30		Cabañas					
21:00		Cena					
21:30							
22:00	Velada icebreaker	Velada SESIÓN 4	Velada SESIÓN 4	Velada SESIÓN 4	Velada SESIÓN 4	Velada DISCO	
22:30							
23:00	A dormir						



Y mucho más...