

# STAGE FORMULA KITE

## 22-23-24-25-26 Giugno 2020 - VADA

TIME	DAY 1	DAY 2	DAY 3	DAY 4	DAY 5
9:00 - 10:00	-	Attivazione e Colazione	Attivazione e Colazione	Attivazione e Colazione	Attivazione e Colazione
10:00 -11:00	Ritrovo	Attività in Aula	Attività in Aula	Attività in Aula	Attività in Aula
11:00 - 12:00	Presentazione Stage	Attività in Aula	Attività in Aula	Attività in Aula	TEST FISICI
12:00 - 13:00	Pausa pranzo	Pausa pranzo	Pausa pranzo	Pausa pranzo	Pausa pranzo
13:00 - 13:15	Briefing attività in acqua	Briefing attività in acqua	Briefing attività in acqua	Briefing attività in acqua	Briefing attività in acqua
13:30 - 17:00	Attività in spiaggia e in acqua	Attività in spiaggia e in acqua	Attività in spiaggia e in acqua	Attività in spiaggia e in acqua	Attività in spiaggia e in acqua
17:30 - 18:00	Debriefing / Stratching	Debriefing / Stratching	Debriefing / Stratching	Debriefing / Stratching	Debriefing e saluti

I partecipanti sono invitati a presentarsi muniti di scarpe da ginnastica e abbigliamento adatto allo svolgimento di attività fisici

I minorenni dovranno essere accompagnati