**PROGRAMMA STAGE NAZIONALE 29er**

**Riva del Garda, 20-22 ottobre 2017**

**Venerdi 20 ottobre**

Ritrovo ore 12.30 presso FRAGLIA VELA RIVA DEL GARDA.

Briefing di benvenuto condivisione obiettivi allenamento.

* 13.00 Pranzo
* 14.00 Inizio allenamento
* 17.00 Rientro a terra
* 17.30 Debriefing

**Sabato 21 ottobre**

Appuntamento ore 8.00 Briefing.

* 08.45 Inizio allenamento
* 11.00 Rientro
* 12.00 Pranzo
* 12.30 Debriefing
* 13.30 Allenamento
* 16.30 Rientro a terra
* 17.00 Debriefing

**Domenica 22 ottobre**

* 08.45 Inizio allenamento
* 11.00 Rientro
* 12.00 Pranzo
* 12.30 Debriefing
* 13.30 Allenamento
* 16.30 Rientro a terra
* 17.00 Debriefing e conclusione Stage.

*Gli orari potranno variare a seconda delle condizioni meteo.*