

**RADUNO ZONALE MULTICLASSE U16**  
**PROGRAMMA**

**Sabato 2 luglio**

- *Ore 10.00: accoglienza e registrazione atleti presso CVSa*
- *10.30-11.30: aula*
  - Illustrazione lavoro giornaliero*
  - Nomenclatura di base*
  - Divisione in gruppi di lavoro*
- *11.30-12.30 armo imbarcazioni*
- *13.00 pranzo*
- *14.00-17.00 uscita in mare*
- *17.30: aula commento lavoro svolto*
- *18.30: fine giornata*

**Domenica 3 luglio**

*(a seguito della regata Optimist il programma per la giornata di domenica 3 luglio, verrà confermato sabato 2 luglio)*

- *10.00: Appello*
- *10.00-11.00: presentazione lavoro giornaliero*
- *11.00-11.30: armo imbarcazioni*
- *12.00: pranzo*
- *12.30- 16.30: uscita in mare*
- *16.30: rientro*
- *16.30:sistemazione e carico imbarcazioni*
- *17.00:ultimi commenti e chiusura raduno*

*N.B.*

*Tutti gli atleti sono tenuti a presentarsi in pantaloncini e scarpette da ginnastica per un eventuale lavoro di riscaldamento a terra.*

Per info e chiarimenti

Forestieri Francesco 3200322358 o Argenzio Roberto 3405617055

[Forest85@hotmail.it](mailto:Forest85@hotmail.it); [robertoargenzio@alice.it](mailto:robertoargenzio@alice.it)