



## **Programma di massima stage campo scuola vela-orienteeing**

Per la realizzazione di tale progetto, gli allievi hanno a disposizione barche a vela, canoe, mountain bike, kit completi di tiro con l'arco, bussole e mappe per l'orienteeing, campi di beach volley, basket.

Durante il soggiorno si praticano tante discipline nautico-sportive e ludico-ricreative quali: scuola vela – orienteeing, percorsi naturalistici in mountain bike, orienteeing, beach volley, laboratorio di arte marinaresca, tornei e falò sulla spiaggia.

Il laboratorio di arte marinaresca prevede l'apprendimento dei nodi marinari ed il carteggio con lo studio della carta nautica.

Possibilità di effettuare Mini Crociere sui cabinati a vela d'altura.

Le strutture sono dotate di una infermeria attrezzata.

Si consiglia di portare pochi indumenti, pratici e sportivi e qualche felpa e tuta più pesante.

### **GIORNATA TIPO**

Ore 08:00	Sveglia e prima colazione
Ore 09:30	Consultazione del bollettino meteo-marino e lezioni teoriche
Ore 10:00	Pratica in acqua
Ore 12:30	Rientro alla base
Ore 13:00	Pranzo
Ore 14:00	Relax
Ore 16:30	Pratica in acqua
Ore 19:00	rientro alla base, doccia e preparazione per la cena
Ore 20:00	Cena
Ore 21:30	Animazione serale con balli e giochi
Ore 23:30	Tutti a dormire.

La quota di partecipazione comprende: pensione completa dalla cena del primo giorno, al pranzo del giorno ( con acqua minerale durante i pasti), assicurazione.