

Programma del Corso Performance

Primo Giorno

09.00	Arrivo in circuito con mezzi propri e registrazione dei partecipanti
09.30	Teoria
10.00 – 12.30	Giri di pista a rotazione in 2 serie e debriefing collettivi: Serie di Teoria dinamica <ul style="list-style-type: none">▪ 1a serie di giri di pista e debriefing n.1▪ 2a serie di giri di pista e debriefing n.2
12.30 – 14.00	Pausa pranzo
14.00 – 17.00	Giri di pista a rotazione in 3 serie e debriefing collettivi: <ul style="list-style-type: none">▪ 3a serie di giri di pista e debriefing n.3▪ 4a serie di giri di pista e debriefing n.4▪ 5a serie di giri di pista e debriefing n.5
17.30	Briefing finale
17.45	Conclusione delle attività

Secondo Giorno

09.15	Arrivo in circuito con mezzi propri e registrazione dei partecipanti
09.30	Teoria
10.00 – 12.30	Giri di pista a rotazione in 2 serie e debriefing collettivi: <ul style="list-style-type: none">▪ 1a serie di giri di pista e debriefing n.1▪ 2a serie di giri di pista e debriefing n.2
12.30 – 14.00	Pausa pranzo
14.00 – 17.00	Giri di pista a rotazione in 3 serie e debriefing collettivi: <ul style="list-style-type: none">▪ 3a serie di giri di pista e debriefing n.3▪ 4a serie di giri di pista e debriefing n.4▪ 5a serie di giri di pista e debriefing n.5
17.30	Briefing finale e conclusione delle attività

N.B. Il programma può essere soggetto a variazioni.