

Programma fac simile del Corso per Accompagnatori di mtb

| | 1° giorno | 2° giorno | 3° giorno | 4° giorno |
|---|--|---|---|---|
| 7.30 | Regolarizzazione iscrizioni | Colazione | Colazione | Briefing, verifica e preparazione dei mezzi |
| 8.00 | | Briefing, verifica e preparazione dei mezzi | | |
| 8.30 | | | | |
| 9.00 | PRESENTAZIONE Scuola, Staff e Corso | Gestire una situazione di emergenza | Uscita in mountain bike con pranzo al sacco | Esame Scritto |
| 9.30 | Presentazione dei partecipanti | | | |
| 10.00 | Preparazione alla "verifica tecnica" | | | |
| 10.30 | | Cartografia e orientamento | Divisione del gruppo | Uscita in mountain bike Esame tecnico pratico |
| 11.00 | Fisiologia e Alimentazione | | | |
| | | | <u>Meccanica</u> | Test di verifica per le riparazioni d'emergenza |
| 13.00 | PRANZO Cambiarci per uscita bike | PRANZO Cambiarci per uscita bike | Metodologia e organizzazione | PRANZO |
| 14.30 | Regolazioni Bike Varie | Uscita in mountain bike | | Codice della Strada |
| 15.00 15.30 | L'equipaggiamento + Spazio scuola Area materiali | Divisione del gruppo | | Tutela Ambientale |
| | | <u>Cartografia</u> | | |
| 16.00 18.00 19.00 19.30 20:00 | Tecnica di guida Verifiche bike | Elementi di meccanica e manutenzione | Associazionismo Servizi Regole ASD | Cerimonia di chiusura "CORSO" |
| | | | Proiezione televisiva video riprese | |
| 20.30 | CENA Serata libera | CENA Serata libera | CENA Serata libera |  |