



Co.Re. BASILICATA
Montalbano Jonico 21-22 Febbraio 2015
PROGRAMMA ATTIVITA'
1° CORSO TEORICO PRATICO FUORISTRADA



Sabato:

9:00 ritrovo in pista.

9:30 briefing .

10:30 esercitazioni di Ride Handling 40'.

11:30 posizione in moto 40'.

12:30 tecnica curva 40'.

13:15-14:30 pausa pranzo.

14:30 briefing introduttivo esercitazioni del pomeriggio.

14:45 tecnica partenza.

15:30 tecnica salti 40'.

16:30 per tutti 2 turni da 3 giri completi di pista in MPE

17:30 debriefing.

Domenica:

9:00 briefing e introduzione del programma di giornata.

9:30 teoria sulla scelta delle linee e giro di pista a piedi.

10:30 per tutti due turni da 3 giri in MPE.

12:00 manche in MPE, 1 per gruppo.

13:00-14:30 pausa pranzo.

14:30- 15:30 ride handling e tecnica su partenze, a seguire debriefing di fine corso.

16:00 fine corso.

Tecnici: Davide Degli Esposti

Attilio Pignotti

Ivan DiBello