

	DOMENICA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>SVEGLIA E COLAZIONE</b> 7:00 - 8:30		Una colazione ricca e bilanciata, per cominciare la giornata con una carica di energia.				
<b>MATTINA</b> 9:00 - 12:30 con pausa merenda		<b>MOUNTAIN BIKE - 1</b> Basi della mountain bike: come pedalare correttamente, usare i freni e mantenere l'equilibrio.		<b>ARRAMPICATA - 2</b> Miglioramento della tecnica di arrampicata, focus su come usare meglio il corpo per salire.	<b>ORIENTEERING - 4</b> Si affronta un percorso di orientamento più lungo, con l'obiettivo di utilizzare la bussola e la mappa per trovare tutti i punti in ordine.	<b>MOUNTAIN BIKE - 5</b> Focus sulla discesa, imparando a controllare la velocità e a mantenere l'equilibrio su terreni più ripidi.
<b>PRANZO</b> 12:30 - 13:30		<b>ARRAMPICATA - 1</b> In questa sessione, si apprendono le tecniche di base per arrampicare in sicurezza.	<b>*ESCURSIONE SUL MONTELLO</b> Una giornata dedicata alla scoperta della natura e all'adrenalina, tra passeggiate e laboratori nei boschi e divertimento al parco avventura.	<b>ORIENTEERING - 3</b> Si praticano percorsi più complessi, con l'obiettivo di seguire la bussola e la mappa per trovare tutti i punti di controllo.	<b>MOUNTAIN BIKE - 4</b> In questa sessione si praticano tecniche avanzate di mountain bike, come curve strette, salite ripide e discese veloci.	<b>ARRAMPICATA - 5</b> Focus su tecniche avanzate di arrampicata, affrontando vie più complesse e migliorando la gestione dei movimenti.
<b>POMERIGGIO</b> 13:30 - 16:30	<b>CHECK IN</b> 16:00	Gioco libero all'aria aperta e/o giochi da tavolo.		Gioco libero all'aria aperta e/o giochi da tavolo.		
		<b>ORIENTEERING - 1</b> Introduzione sull'uso della bussola e lettura delle mappe. L'obiettivo è capire come orientarsi all'aperto.		<b>MOUNTAIN BIKE - 2</b> Si esplorano percorsi più difficili, imparando a manovrare la bici su terreni irregolari. Focus sulla velocità e sull'equilibrio.	<b>ARRAMPICATA - 3</b> Si affrontano percorsi di arrampicata più impegnativi, dove si migliorano le abilità acquisite.	<b>ORIENTEERING - 5</b> Gara di orientamento: analisi della mappa e della bussola per trovare i punti di controllo nel minor tempo possibile.
	Accoglienza partecipanti presso il Welcome Center di H-FARM Campus.  Benvenuto e presentazione dell'esperienza alle famiglie presso Big Hall di H-FARM Campus.  Sistemazione dei partecipanti nelle camere dello Studentato.	<b>ORIENTEERING - 2</b> Pratica delle abilità di orientamento con una caccia al tesoro. Analisi della mappa e ricerca dei punti segnati.		<b>MOUNTAIN BIKE - 3</b> Si conclude la giornata con un giro in gruppo, dove si mettono in pratica tutte le abilità acquisite.	<b>ARRAMPICATA - 4</b> La giornata si conclude con una sfida di arrampicata in gruppo, dove è fondamentale la collaborazione in team.	<b>ORIENTEERING - 6</b> Seconda gara di orientamento, si applicano tutte le tecniche apprese per orientarsi rapidamente e lavorare di squadra.
<b>MERENDA E ATTIVITÀ</b> 16:30 - 18:30		<b>SPORT</b> Sessioni sportive per divertirsi, favorire il gioco di squadra e i rapporti interpersonali.	<b>RELAX</b> Attività rilassanti e di svago per recuperare le energie dopo la giornata fuori dal Campus.	<b>PRE TALENT SHOW</b> Preparazione delle esibizioni da presentare durante il Talent Show serale.	<b>SPORT</b> Sessioni sportive per divertirsi, favorire il gioco di squadra e i rapporti interpersonali.	<b>CHECK OUT</b> 18:30
<b>TEMPO LIBERO</b> 18:30 - 19:30		Tempo libero in camera per farsi la doccia e prepararsi alla serata.				
<b>CENA</b> 19:30 - 20:30		Menù diversificato con scelta tra varie opzioni di piatti della tradizione italiana e internazionale.				
<b>ATTIVITÀ SERALI</b> 20:30 - 22:00	<b>ICE-BREAKER</b> Attività di socializzazione e condivisione di regole e linee guida per vivere al meglio il Campus.	<b>EQUILIBRISMO E GIOCOLERIA</b> Magia, arte e colori: uno spettacolo affascinante e unico in Campus.	<b>ATTIVITÀ IN CAMPUS</b> Serata dedicata ad attività a tema sportivo, culturale e artistico per divertirsi insieme.	<b>TALENT SHOW</b> Alla scoperta dei talenti e delle abilità artistiche dei partecipanti, con un talent show unico.	<b>SUMMER RANDOM PARTY</b> Una festa finale unica nel suo genere. Outfit random e balli scatenati.	
<b>TUTTI A LETTO</b> 22:00		Presenza del team di H-FARM in ogni piano dello Studentato con sorveglianza e supporto continuo.				