

| | 26/lug | 27/lug | 28/lug | 29/lug | 30/lug |
|-------|---|---|---|---|--|
| 08:00 | |  Sveglia |  Sveglia |  Sveglia |  Sveglia |
| 08:30 | Ritrovo Ruggi |  Colazione |  Colazione |  Colazione |  Colazione |
| 09:00 |  Partenza | | | | |
| 09:30 | | | | | |
| 10:00 |  Allenamento |  Allenamento |  Escursione |  Allenamento |  Gare |
| 11:00 | | | | | |
| 11:30 | | Tempo Libero | | Tempo Libero | Tempo Libero |
| 12:15 |  Pranzo |  Pranzo |  Pranzo |  Pranzo |  Pranzo |
| 13:00 | | | | | |
| 14:00 | Riposo pomeridiano | Riposo pomeridiano | Riposo pomeridiano | Riposo pomeridiano | Riposo pomeridiano |
| 15:00 | | | | |  Gare |
| 16:00 |  Allenamento/Gare |  Allenamento/Gare |  Allenamento/Gare |  Allenamento/Gare | |
| 17:00 | | | | | Doccia e preparativi |
| 18:00 | Tempo Libero | Tempo Libero | Tempo Libero | Tempo Libero |  Rientro a casa |
| 19:00 | | | | | |
| 19:30 |  Cena |  Cena |  Cena |  Cena | |
| 20:00 | | | | | |
| 21:00 | Serata insieme | Serata insieme | Serata insieme | Serata insieme | |
| 22:45 |  Rientro in camera |  Rientro in camera |  Rientro in camera |  Rientro in camera | |