



Corso Base-Intermedio-Avanzato

25 febbraio 2018



Sci di fondo

S. Maria Maggiore - Val Vigezzo (VB)

Muoversi nell'ambiente innevato con una attrezzatura antica e veloce

PROGRAMMA

Andata

Ritrovo: **Piazzale Lotto - ore 7:10**

Partenza: **Puntuali - ore 7:30**

Ritorno

Arrivo: **Piazzale Lotto - ore 18:30 circa**

Mezzo di trasporto: **Pullman privato**

Riferimenti: **Bruno Tumiatì - Thea Squarcina**



INTERESSE ESCURSIONE

Tecnico - Ludico - Didattica

Impareremo la tecnica del tradizionale passo alternato e del pattinato, osserveremo da vicino i cristalli di neve e giocheremo come solo sulla neve si può fare!

ATTIVITÀ PREVISTA

In pullman raggiungeremo il Centro del Fondo di Santa Maria Maggiore dove noleggeremo tutta l'attrezzatura necessaria per cimentarci con gli sci da fondo lungo le piste disponibili. Impareremo a muoverci nell'ambiente innevato con uno strumento di progressione che può dare grande soddisfazione già dal primo impiego.

Per i neofiti sono a disposizione i campi scuola del centro, mentre i più esperti potranno divertirsi insieme agli accompagnatori lungo tracciati più impegnativi per dare possibilità a tutti ragazzi di trovare soddisfazione e divertimento.

E' previsto anche uno spazio per conoscere più da vicino la neve e per divertirvi con alcuni giochi sulla neve.

COSTI

Pagamento della quota alla partenza

Euro 10,00

ISCRIZIONI

Entro domenica 18 febbraio 2018

Le iscrizioni dovranno pervenire compilando il modulo on-line raggiungibile cliccando sul link presente nella mail, compilando tutti i campi predisposti anche in caso di **NON partecipazione**

EQUIPAGGIAMENTO

Abbigliamento per il viaggio:
Pantaloni invernali (eventuale calzamaglia) o tuta da sci, calzettoni pesanti, maglie tecniche e pile (più strati a «cipolla»), cappello invernale, giacca a vento, guanti impermeabili, scarponi impermeabili o doposci.

Nello zaino:

Guanti impermeabili e calzettoni di ricambio, scaldacollo AG, occhiali da sole, crema solare protettiva, borraccia termica con bevanda calda, qualche snack, pranzo al sacco, sacchetto per immondizie, block notes, una penna, tessera Cai, fotocopia tessera sanitaria.

Da lasciare in pullman:

Scarpe di scorta, un ricambio completo di vestiario