



Perfezionamento

DELLA TECNICA DI DISCESA IN NEVE NON BATTUTA

La Focolaccia con il supporto tecnico della scuola di sci Colò organizza un corso di perfezionamento di discesa con lo scopo di migliorare le capacità tecniche degli allievi fuori dalle piste battute.

Il corso è prevalentemente rivolto a scialpinisti dotati di un'esperienza anche minima, preferibilmente provenienti da un corso SA1 o equiparabile.

Il corso consiste in **4 lezioni** di 8 ore che si svolgeranno presso il comprensorio sciistico dell'Abetone e **un'uscita finale** di due giorni consecutivi sulle Alpi. (*)

Il costo del corso sarà di 2880€ da dividere fra i partecipanti (**). Sono esclusi Skipass, trasporto, pernottamento e spese di trasferta, maestro.

La Focolaccia mette a disposizione un incentivo di 240€ da ripartire fra i partecipanti. (***)

Requisiti per l'iscrizione: Iscrizione anno 2025 al CAI e alla Focolaccia.

Per la priorità di iscrizione fa fede la data del bonifico.

18 GENNAIO

01 FEBBRAIO

15 FEBBRAIO

01 MARZO

15-16 MARZO

8 posti disponibili



ISCRIZIONI: entro e non oltre il 15/01/2025 compilando il form al seguente link:
<https://forms.gle/TZeE9JnWbPi5KThrZ>
con copia ricevuta bonifico di acconto di 100€
IBAN
IT07N050341370300000002742
intestato al GRUPPO SCI ALPINISTI FOCOLACCIA
Causale: CORSO PERFEZIONAMENTO DISCESA 2025 (iscrizioni senza il versamento non saranno ritenute valide)

Argomenti trattati durante le giornate:
Centralità, Rotazioni, Carichi, Angolazione, Traslazione, Dinamicità, Coordinazione

È prevista la suddivisione in gruppi omogenei per capacità

Tutti gli argomenti citati verranno trattati sia in pista che fuori con l'ausilio di riprese video per facilitare la comprensione del proprio gesto tecnico e di materiale didattico che verrà valutato giorno per giorno. Anche durante le lezioni svolte in pista sarà privilegiato l'uso di attrezzatura scialpinistica; obbligatorio ARTVA, pala e sonda ad ogni uscita.

Il programma di lavoro può subire variazioni in base alle condizioni meteo..

Informazioni

Maurizio Ciomei

Scuola Sci Colò

334 9074382

(*) Nel caso la lezione finale venga svolta in ambiente fuori dalle stazioni sciistiche, sarà necessario l'affiancamento di una Guida Alpina per la parte della sicurezza. Il costo sarà a carico dei partecipanti.

(**) Il numero ottimale è di 8 partecipanti, in caso di numero minore il corso si può fare lo stesso ma con un aumento del costo a singolo partecipante.

(***) L'incentivo di 240 € verrà diviso per numero di partecipanti ottenendo una quota individuale. Ogni anno di tesseramento antecedente il 2023 dà diritto alla riscossione di 10 € di incentivo fino al raggiungimento della quota individuale. Chi non ha anni di anzianità a sufficienza si vedrà ripartita la quota individuale in buoni sconto di 10 € sul rinnovo della tessera Focolaccia a partire dal 2025.

Con iscrizioni superiori al numero ottimale (8 partecipanti), si valuterà la possibilità di fare un secondo corso in date diverse, con costi e incentivi in eguale misura a quanto precedentemente descritto.