

AVVIAMENTO ALLO SCI ALPINISMO PER RAGAZZI



**SAI SCIARE E VUOI PROVARE UNO SPORT
UNICO, DIVERTENTE E PIENO DI EMOZIONI?**

**LO SCI CLUB UGOLINI-SKI ALP VALLI BRESCIANE
IN COLLABORAZIONE CON LO SCI CLUB PEZZORO
ORGANIZZA UN CORSO PER FARTI
CONOSCERE LO SCI ALPINISMO!**

**IL MATERIALE
TE LO PRESTIAMO
NOI!!!**

DATE

11-01-2014 POMERIGGIO **MANIVA**

18-01-2014 POMERIGGIO **MANIVA**

25-01-2014 POMERIGGIO **MANIVA**

02-02-2014 MATTINA **PEZZORO**

08-02-2014 POMERIGGIO **MANIVA**

16-02-2014 MATTINA **MANIVA**

INFO: GIACOMO 333.6755926

PREMESSA

Questa iniziativa non si prefigge l'obiettivo di insegnare ai ragazzi le tecniche alpinistiche legate alla pratica dello sci alpinismo ma è semplicemente un avvicinamento alla pratica di questa disciplina. Il livello di difficoltà delle uscite sarà quindi semplicemente escursionistico con tracciati in prossimità di piste o comunque di difficoltà medio-bassa. L'obiettivo di questa iniziativa è avvicinare i ragazzi alla montagna ed allo sci alpinismo creando un gruppo di giovani che abbiano voglia di fare uno sport a contatto con la natura.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni possono essere effettuate alla sede dell'Ugolini in via Via Marchetti, 1 - 25126 Brescia - tel/fax 0303753108 il martedì ed il giovedì sera dalle ore 8.30. Entrambi i genitori dovranno leggere e firmare il modulo di iscrizione e consegnarlo in segreteria prima dell'inizio del corso. Il pagamento di euro 70 potrà essere effettuato in sede oppure tramite bonifico al seguente IBAN: IT 33 P 02008 11200 000100127918 Credit Group agenzia di Brescia intestato a S.e.b."U.Ugolini" a.s.d., specificando nella causale "Avviamento allo sci alpinismo ragazzi".

SCOPO DEL CORSO

Il corso vuole promuovere la pratica dello sci alpinismo fra i ragazzi di età compresa fra i 10 ed i 18 anni. Attraverso il corso i ragazzi verranno introdotti ad uno sport in costante evoluzione, a contatto con la natura e con i valori che contraddistinguono da sempre gli sport di montagna. Nelle lezioni del corso verranno fornite le basi tecniche per praticare sci alpinismo in sicurezza ma soprattutto verrà esaltato l'aspetto più divertente e socievole dello sci alpinismo. Attraverso giochi, attività ed esercizi di vario genere i ragazzi prenderanno confidenza con il mondo delle pelli di foca, restando sempre in ambienti sicuri, limitrofi alle piste o a zone estremamente sicure delle nostre montagne.

PRESENTAZIONE DEL CORSO

Tutti gli iscritti ed i genitori sono invitati a presentarsi in sede giovedì 9 gennaio alle ore 20.30 per assistere alla presentazione del corso, delle uscite e del materiale.

La quota d'iscrizione è di 70 euro e comprende il tesseramento alla FISL ed alla Società Escursionisti Bresciani U. Ugolini. Queste due tessere garantiranno due differenti coperture assicurative ai ragazzi che decideranno di partecipare al corso. Per verificare la copertura assicurativa fornita dalla tessera F.I.S.I. vedere il sito federale.

TRASPORTO

Il trasporto dei ragazzi sarà a cura degli accompagnatori dello Sci club Ugolini- Ski Alp Valli Bresciane con partenza da Brescia alle ore 13.30 nel caso delle escursioni del sabato pomeriggio. I punti di ritrovo verranno definiti di volta in volta per via telefonica con gli accompagnatori Per le escursioni della domenica verrà definito l'orario la settimana prima dell'uscita.

PROGRAMMA

Sabato 11-1 (pomeriggio) Maniva Presentazione corso, conoscenza dei materiali, prima salita e prima discesa in gruppo

Sabato 18-1 (pomeriggio) Maniva Tecniche di salita e tecniche di discesa

Sabato 25-1 (pomeriggio) Maniva Tecniche di salita, tecniche di discesa, cambi d'assetto e utilizzo dell'arva

Domenica 2-2 Pezzoro (Rampegada) Tecniche di tracciatura di una salita, tecniche di salita e osservazione di una gara di sci alpinismo

Sabato 8-2 (pomeriggio) Maniva Le gare del passato: simulazione di una prova rally a squadre

Domenica 16-2 Maniva Valtrompiaski: prova del percorso di una gara giovani

REGOLAMENTO

Il corso punterà ad avvicinare i ragazzi alla montagna ed allo sci alpinismo in completo relax e divertimento. Attraverso le lezioni verranno affrontate le tecniche di salite, le tecniche di discesa, le tecniche dei cambi d'assetto e gli aspetti relativi alla prevenzione degli incidenti ed al soccorso in caso di valanga (prove artva). I partecipanti dovranno provvedere a presentarsi con un abbigliamento adeguato e con uno zaino. L'abbigliamento minimo necessario dovrà essere così composto:

- 1 paio di calze da sci
- 1 paio di pantaloni da alpinismo pesanti
- 1 maglietta termica a manica lunga
- 1 felpa in pile o primaloft
- 1 giubbino o piumino
- 1 cuffia

- 1 paio di guanti
- 1 casco omologato UIAA
- 1 paio di occhiali o mascherina
- 1 paio di scarponi da sci alpinismo
- 1 paio di sci da alpinismo con relativi attacchi
- 1 paio di bastoncini
- 1 paio di pelli
- 1 Attrezzatura di sicurezza: ARTVA, pala e sonda da neve
- 1 zaino da sci alpinismo
- Compatibilmente con il numero dei partecipanti lo Sci Club Ski Alp Valli Bresciane fornirà ad ogni partecipante per la sola durata del corso il seguente materiale:
- 1 paio di sci con attacchi da sci alpinismo
- 1 paio di bastoncini
- 1 paio di pelli di foca
- 1 paio di scarponi da sci alpinismo (compatibilmente con le taglie)
- 1 Attrezzatura di sicurezza: ARTVA, pala e sonda da neve
- 1 Zaino da sci alpinismo