



SEZIONE DI GORIZIA

FONDATA NEL 1883

CORSO DI PERFEZIONAMENTO ALLO SCI FUORIPISTA



IL CORSO É TENUTO DAI
MAESTRI ITALIANI DI SCI ALPINO
DI SNOWWINTERSKI



16 -17 Gennaio 2021

- DOVE :** Sesto (BZ) Comprensorio Monte Elmo località Sesto (BZ).
- QUANDO :** Un Weekend Primo giorno **Sabato:**
Ritrovo, presentazioni, scopo del corso (1 ora in pista), selezione in base alle capacità (test), tecnica di base bronzo ed esercizi (spazzaneve - virata), tecnica avanzata argento (parallelo - movimenti verticali - azione su due piedi) - bastoncini.
Test videoanalisi, esercizi di autocorrezione allievo-maestro e allievo-allievo.
Secondo giorno **Domenica:**
Tecnica avanzata oro (conduzione - velocità - traiettoria), continuità d'azione, sci in neve scavata, sci in neve fresca (se possibile), come migliorarsi e far migliorare.
Atteggiamenti didattici e motivazione, sci libero con il maestro con il solo obiettivo di divertirsi.
- REQUISITI :** Sono richieste abilità tecniche dello sci su pista con livello argento (sci paralleli) senza trascurare però anche gli elementi di livello bronzo (spazzaneve - virata).
- ISCRIZIONI :** Da mercoledì 12 novembre, inizio raccolta adesioni via web, a giovedì 10 dicembre 2020.
Il costo del corso è fissato in **200 €* a partecipante**, all'atto dell'iscrizione sarà richiesta una caparra di **50 €**.
- (*) La quota comprende : 2 gg di maestro con videoanalisi, non comprende 2gg di skipass, Alloggio sul posto.
- INFO :** Rivolgersi in segreteria durante l'orario di apertura: **Martedì > 18.30 -19.30** **Giovedì > 21.00 - 22.30**