



Scuola Sezionale di Escursionismo “ETNEA” C.A.I. CATANIA “Sezione dell’Etna”

CORSO BASE DI SCI FONDO ESCURSIONISTICO

Il corso è rivolto ai soci che desiderano apprendere le tecniche di base per affrontare una facile escursione sulla neve con gli sci di fondo escursionistico su circuiti di fondo e piste forestali.

Oltre l’apprendimento delle tecniche di sci di fondo a cura dei Maestri FISl della Scuola Italiana Sci, gli allievi apprenderanno in sede le nozioni sull’abbigliamento, sull’attrezzatura e le caratteristiche degli ambienti innevati. Sono di fondamentale importanza le tecniche di orientamento sulla neve, le informazioni sulle condizioni meteorologiche e nivologiche, l’organizzazione di una escursione invernale sugli sci di fondo.

COSTI

Corso in sede: Euro 20,00

N.1 Esercitazione pratica: Euro 20,00

Ciascuna esercitazione pratica a cura dei Maestri FISl della Scuola Italiana Sci è comprensiva della lezione di tecnica e del noleggio attrezzatura (scarpe, sci e bastoncini), da pagare ai Maestri alla fine di ciascuna lezione.

LEZIONI TEORICHE IN SEDE

Giovedì 26 Gennaio

Abbigliamento e Attrezzatura per sci di fondo escursionistico

Martedì 31 Gennaio

Topografia e orientamento in ambiente innevato

Giovedì 2 Febbraio

Meteorologia e lettura delle previsioni; Neve e valanghe; Cenni su ARTVA, Pala e sonda

Mercoledì 8 Febbraio

Organizzazione di una escursione con gli sci

ESERCITAZIONI PRATICHE SU PISTA BATTUTA

Domenica 29 Gennaio

Domenica 5 Febbraio

Domenica 12 Febbraio

Domenica 19 Febbraio

Direttore del corso: Fabrizio Meli

Istruttori: Fabrizio Meli, Orazio Conte, Gigi Sciacca

Aiuto istruttori: Umberto Marino, Enzo Agliata

Per informazioni e prenotazioni: 347 5104413