



**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI TORINO
SOTTOSEZIONE UNIONE
ESCURSIONISTI TORINO**



42[^] CORSO DI SCI DI FONDO: TECNICA CLASSICA & SKATING



Anno 2023

CORSI DI FONDO

Tecnica classica e skating

Il corso è rivolto ad adulti e ragazzi di qualunque livello tecnico e si articola in:

- **una serata di presentazione** con una lezione su materiali, abbigliamento, alimentazione, comportamento su pista e soccorso.
- **cinque uscite con lezione** su pista, ciascuna di due ore, tenute da maestri di sci abilitati FISI.
- **un'uscita di fine corso** con consegna degli attestati di partecipazione e merenda finale.

I partecipanti verranno suddivisi in classi in funzione del loro livello di preparazione tecnico e fisico.

Nelle restanti ore della giornata, gli allievi saranno sempre seguiti dai coordinatori del corso e potranno proseguire nell'esercizio delle tecniche apprese dai maestri.

Le mete delle 6 uscite verranno decise dalla direzione del corso in base alle migliori condizioni di innevamento e sicurezza entro il venerdì precedente l'uscita stessa.

Esempi di mete possibili:

- in provincia di Torino: Pialpetta, Ceresole R.le, Usseglio, Pragelato...
- in provincia di Cuneo: Festiona, Bagni di Vinadio, Chiusa di Pesio, Entracque...
- in Valle d'Aosta: Flassin, Cogne, Brusson, Val Ferret, Saint Barthelemy...
- in Francia: Nevache, Serre Chevalier...

Se il numero minimo di iscritti non fosse sufficiente per attivare i corsi, le uscite in pullman verrebbero garantite al raggiungimento del numero minimo di abbonamenti; nel caso non vi fossero condizioni di innevamento adeguate allo svolgimento dell'attività di sci di fondo, le uscite verrebbero mantenute con carattere escursionistico.

TARIFFE

Corso base sci di fondo + Abbonamento bus 6 uscite	€ 200,00
Abbonamento bus 6 uscite	€ 100,00
Costo singola gita	€ 20,00
Costo affitto attrezzatura	€ 80,00
Bambini 0-12	GRATIS

Il pagamento dell'abbonamento dovrà avvenire per mezzo di bonifico con comunicazione dell'avvenuto pagamento via mail:

IBAN: IT1200200801111000101494131

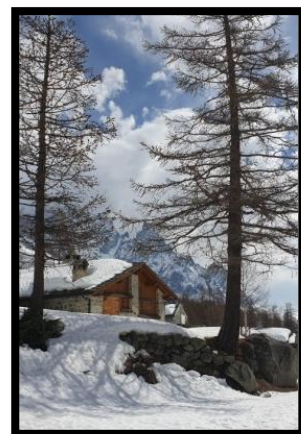
Causale: Abbonamento pullman sci di fondo 2023 - Nome e Cognome.

Mail: scifondouet.to@gmail.com

Il pagamento della singola gita avverrà in contanti direttamente sul pullman.

N.B.: il costo degli skipass non è compreso in nessuna quota e verrà definito in funzione delle località.

L'abbonamento autobus è nominativo e non può essere ceduto a terzi.



PROGRAMMA

2 DIC	1^ Presentazione corso di sci di fondo. Iscrizioni e prenotazione materiali.
18 DIC	USCITA DI PROVA primi contatti con la neve
13 GEN	2^ Presentazione corso di sci di fondo. Chiusura iscrizioni, lezione introduttiva e distribuzione dei materiali prenotati.
15 GEN	1^ LEZIONE CORSO
29 GEN	2^ LEZIONE CORSO
12 FEB	3^ LEZIONE CORSO
18 - 19 FEB	GITA SOCIALE NOTTURNA
26 FEB	4^ LEZIONE CORSO
12 MAR	5^ LEZIONE CORSO
26 MAR	6^ USCITA Merenda sinoira e consegna degli attestati agli allievi

REQUISITI PER L'ISCRIZIONE AI CORSI

- Informazioni ed iscrizioni ai corsi presso la sede sociale fino al **13 gennaio 2023** (salvo esaurimento dei posti disponibili);
- presa visione ed accettazione del regolamento;
- tessera CAI in corso di validità;
copertura per il Soccorso Alpino (in Italia e all'estero) e assicurazione infortuni
- autorizzazione scritta dei genitori per i minori;
- certificato medico non agonistico.

USCITA DI PROVA

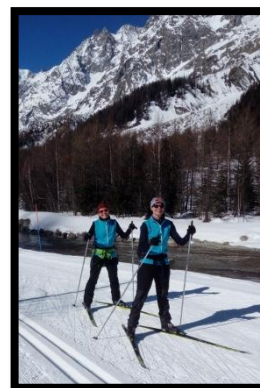
Nell'uscita di prova del **18 dicembre 2022** "alla ricerca della prima neve" i partecipanti seguiti dagli accompagnatori avranno modo di familiarizzare con la neve e gli sci strettati che per l'occasione saranno messi a disposizione dall'UET previa prenotazione.

GITA SOCIALE NOTTURNA

In data **18-19 febbraio 2023** è prevista una gita sociale con pernottamento in rifugio aperta a tutti i soci da effettuarsi con mezzi propri.

Le iscrizioni devono pervenire entro il **27 gennaio 2023**, presso la sede sociale con versamento di una caparra del 50% del costo previsto.

Le mete prese in considerazione saranno valutate in base alla disponibilità della struttura e all'innevamento della zona prescelta; di seguito alcuni esempi: rifugio Magià (Saint Barthelemy - AO), rifugio Pian delle Gorre (Chiusa di Pesio - CN) e il rifugio Mila (Ceresole Reale - TO).



RITROVO

Per ogni uscita la partenza è fissata alle ore 7.00 (salvo diversa indicazione), in corso Regina Margherita 304 (di fronte all'ex Istituto Maffei, angolo corso Potenza).

ATTREZZATURA

Per gli allievi iscritti sarà possibile noleggiare le attrezzature sociali disponibili (fino ad esaurimento).
La restituzione dovrà avvenire al termine della 6^a uscita.



Sede Sociale

Centro Incontri CAI
Monte dei Cappuccini
Salita CAI Torino 12 – Torino
ritrovo ogni venerdì
dalle 21 alle 23

Per ulteriori informazioni:
web: www.uetcaitorino.it
mail: scifondouet.to@gmail.com
Fb: [CAI UET – SCI DI FONDO](#)

Presidenza UET:

Giuseppe Previti

Gruppo sci di fondo

Direzione:

Luigi Bravin 3358015488
Enrico Volpiano 3355995142

Segreteria:

M. Luisa Farinetti scifondouet.to@gmail.com
Stefania Minzon stefania.minzon@gmail.com
Laura Gallo laura.gallo75@gmail.com

Coordinamento:

Mario Bellora 0116613676
Giuseppe Previti 3493680945
Giuseppe Bonsangue 3518833820
Andrea Capo andreacapotorino@gmail.com
Giancarlo Besso giancarlo.besso@gmail.com



REGOLAMENTO

- 1-** La partecipazione al corso dei minori è subordinata:
 - maggiori di 14 anni: autorizzazione scritta di un genitore;
 - minori di 14 anni: accompagnamento da parte di un genitore o di altra persona da lui autorizzata.
- 2-** L'attività di sci di fondo presuppone una normale idoneità fisica; la Direzione non si assume pertanto alcuna responsabilità in ordine alle conseguenze che potrebbero derivare da un' inadeguata condizione fisico-atletica.

La Direzione si riserva di allontanare dal corso (senza rimborso) chi presentasse carenze tali da poter compromettere il proprio stato di salute.

- 3-** La Direzione si riserva l'adozione di provvedimenti nei confronti di chi si comporta in maniera disdicevole o pericolosa sia per sé che per gli altri partecipanti.
- 4-** Durante lo svolgimento delle lezioni, gli allievi dovranno restare a stretto contatto con il maestro, concordando con lui eventuali allontanamenti. I minori non impegnati dalle lezioni dovranno restare a contatto di un accompagnatore.
- 5-** A ciclo di lezioni iniziate non si ha alcun diritto di rimborso nel caso di ritiro.
- 6-** La Direzione si riserva il diritto di variare date e località anche il giorno stesso delle uscite; si declina pertanto ogni responsabilità nei confronti di chi, spostandosi con mezzi propri, si venga a trovare in località diversa da quella in cui si svolgono le lezioni.
- 7-** Tutte le gite verranno di preferenza effettuate in autobus; qualora non si raggiungesse un adeguato numero di partecipanti saranno utilizzati i mezzi propri; in tal caso verrà rimborsata agli allievi la quota parte relativa al trasporto.
- 8-** L'orario di partenza del pullman sarà scrupolosamente rispettato; non si aspettano i ritardatari.