



Corso "Sci Fondo Escursionismo – SFE 1" edizione 2011/2012

La Scuola Intersezionale di Sciescursionismo Francesco Negri organizza per la stagione 2011-2012 un corso aperto a tutti i soci delle sezioni di Arezzo Ravenna e Rimini e del comprensorio Tosco-Romagnolo che siano in regola con il tesseramento CAI.

Obiettivo del corso è avvicinare i soci CAI alla pratica dell'attività escursionistica con gli sci in ambiente invernale in completa sicurezza. Si tratta di un corso di base che non richiede esperienza sciistica o di montagna invernale significativa.

Il corso comprenderà:

- N. 5 lezioni pratiche su pista battuta nelle quali si introdurranno le tecniche fondamentali di progressione dello *sci nordico* e di discesa di un pendio in base alle condizioni della neve e alla pendenza il tutto al fine della pratica dello sci escursionismo in sicurezza.
- escursioni in ambiente innevato (incluse nelle 5 lezioni pratiche) in base alle capacità tecniche del gruppo ed alle attrezzature possedute;
- n. 3 lezioni teoriche con l'introduzione alla conoscenza delle principali tematiche relative ai pericoli oggettivi della montagna innevata e la pratica in sicurezza di percorsi in ambiente innevato.

Attrezzatura necessaria: *sci da fondo* (con soletta squamata, da "classico" oppure "combi"), scarpe da fondo e bastoncini di adeguata lunghezza o *sci da escursionismo laminati* con soletta squamata o con pelli di foca, attacco NNN-BC o da 75 mm. e scarponi in cuoio o con scafo in plastica. L'attrezzatura potrà essere noleggiata a prezzo convenzionato e per l'intera durata del corso presso la pista di fondo di Campigna.

L'iscrizione al corso prevede una quota individuale di 50,00 Euro a titolo di rimborso spese di organizzazione (da consegnare al primo incontro). Necessario certificato medico per pratica sportiva non agonistica.

Restano a carico dei partecipanti:

- spese relative ai mezzi di trasporto ed eventuali soggiorni;
- acquisto di ski-pass per le lezioni pratiche su pista da discesa o piste da fondo.
- Eventuale noleggio attrezzatura

Di seguito si riporta il calendario del corso:

16 DICEMBRE 2011 (lezione teorica)	14-15 GENNAIO 2012 (lezione teorica e n. 2 lezioni pratiche)	29 GENNAIO 2012 (lezione pratica)
4-5 FEBBRAIO (lezione teorica e N. 2 lezioni pratiche) – Parco Naz. Gran Sasso		

Le date sono indicative e potranno subire variazioni in base all'innnevamento ed alle esigenze organizzative. Le località di svolgimento del corso verranno scelte in base all'innnevamento tra Campigna, Monte Fumaiolo, Eremo di Camaldoli, Pratomagno.

Agli interessati si prega di segnalare la propria disponibilità entro il **13 dicembre 2011** inviando la scheda allegata (preferibilmente per e-mail) alla Commissione sci fondo escursionismo CAI di AREZZO e-mail: scifondoescursionismo@gmail.com

Per informazioni contattare:

Maurizio Ghirardini (ISFE - CAI Arezzo)
Giancarlo Palazzini (Istruttore Onorario – CAI Arezzo)
338/4900511
Paolo Bini (IS - CAI Arezzo) 338/8718170
Rita Fossati (IS - CAI Arezzo) 328/4618213
Gianfranco Barfucci (IS - CAI Arezzo) 347/5793427



Modulo di iscrizione al corso "sci fondo escursionismo SFE 1" edizione 2012

Cognome: _____ Nome: _____

Indirizzo: _____ n°: _____

Città: _____ CAP: _____ Provincia: _____

Data di nascita: ___/___/_____

Telefono (casa/cellulare): _____

Indirizzo di posta elettronica (e-mail): _____

Iscritto alla Sezione del CAI di: _____ Dall'anno: _____

PRATICA SCIISTICA*

SCI DA DISCESA SI NO DA QUANTO TEMPO: _____

SCI DA FONDO SI NO DA QUANTO TEMPO: _____

ATTREZZATURA POSSEDUTA*

ESCURSIONISMO:	SI	NO	TIPO SCARPONE:	PELLE O SIMILPELLE	PLASTICA
FONDO:	SI	NO	TIPO DI SOLETTA:	SOLETTA LISCIA	SOLETTA SQUAMATA

*:barrare con una crocetta la scelta desiderata

EVENTUALI ANNOTAZIONI:

Privacy-Trattamento dei dati: Ai sensi degli Art. 10 e 11 della L. 675/96 "Tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali", il trattamento dei dati forniti verrà effettuato dall'Organo Tecnico Periferico del Club Alpino Italiano, Commissione interregionale scuole di alpinismo sci alpinismo e arrampicata sportiva. I dati saranno trattati in modo lecito secondo correttezza, adottando le misure necessarie a garantirne la massima riservatezza e non saranno comunicati ad altri soggetti o diffusi. La persona fisica o giuridica cui si riferiscono ha facoltà di esercitare, riguardo all'esistenza ed al trattamento degli stessi, i diritti previsti dall'Art. 13 della Legge 675/96.

Accetto

Non accetto

Non accettando il trattamento dei dati **non** sarà possibile iscriversi a nessuno degli stage di formazione per aspiranti istruttori.

Firma: _____

Li, data: _____