

Club Alpino Italiano Sezione Uget - TORINO

Scuola Sci di Fondo e Fondo Escursionismo

24 Novembre 2011
presentazione
**Attività
2011-2012**



37° corso sci di fondo SFSE1

**CORSO PROPEDEUTICO ALLO SCI DI
FONDO ESCURSIONISMO
PRINCIPIANTI E PERFEZIONAMENTO**
dicembre 2011 - febbraio 2012

CORSO PER ADULTI
Un corso di 5 lezioni di due ore sulle più belle piste di Piemonte, Valle d'Aosta e Francia. Gara e festa sociali finali.

Rivolto a chi vuole imparare/migliorare le tecniche dello sci di fondo per avviarsi alla pratica del fondo escursionismo.

Costo: € 80 adulti (bus e ski pass esclusi)

NOVITA'! CORSO PER BAMBINI
Un corso dedicato ai bambini dai 6 ai 12 anni per apprendere in 5 lezioni a muoversi e a divertirsi sulle piste con mamma e papà.

Costo: € 70 per bambino (bus e ski pass esclusi)
€ 190 bambino + accompagnatore
(bus incluso per 6 uscite, ski pass esclusi)

Le località sono raggiunte con il bus. Oltre che alle lezioni si potrà partecipare ad ulteriori gite sociali.

www.caiuget.it/sfe

27° corso sci di fondo escursionismo SFE2/SE2

in collaborazione con:
Scuola di Sci Fondo Escursionismo del CAI Torino

PRINCIPIANTI E PERFEZIONAMENTO
con istruttori CAI
febbraio 2012 - marzo 2012

Oltre la pista c'è il fondo escursionismo!
Una serie di tecniche, tra cui il Telemark, per affrontare in sicurezza il fuoripista.

Corso SFE2 principianti
Per chi ha una conoscenza di base delle tecniche di sci di fondo. Il corso avvia al fuoripista con 3 lezioni in pista da discesa e 3 facili escursioni fuoripista.

Costo: € 130 (corso+attrezzatura+kit sicurezza)

Corso SE2 perfezionamento
Riservato a chi possiede una buona tecnica di sci di fondo e di sci di discesa e per chi ha esperienza di fuori pista.

In 3 lezioni in pista da discesa e 3 escursioni fuori pista il corso perfeziona le tecniche di discesa e avvia alla pratica del Telemark in neve fresca.

Costo: € 180 (corso+attrezzatura+kit sicurezza)

Completano i corsi di fondo e fondo escursionismo 5 lezioni teoriche per conoscere e vivere la montagna invernale in tutta sicurezza.

Altre attività

SKI FONDO RACES

“Vuoi provare il clima di una gara?”
Vieni con noi!
3 dicembre 2011
presentazione su pista
della stagione sportiva 2011-2012

Week-end lungo di sci di fondo

16-19 febbraio 2012 - Chiavenna/Engadina
Tre giorni di sci sulle magnifiche piste di fondo dell'Engadina, con gli amici del CAI.

Gara sociale di fondo e festa della neve
26 febbraio 2012

Week end fondo escursionismo

24-25 marzo 2012
14-15 aprile 2012
Due weekend tra neve fresca e panorami mozzafiato.

Week end estivo

giugno 2012
Appuntamento per inaugurare la stagione estiva.

Incontri sociali

Auguri di Natale

15 dicembre 2011 ore 21
Incontro per gli auguri di Natale e fine anno

Cena sociale

20 aprile 2012
Al termine della stagione ci si ritrova tutti insieme a cena per la consegna dei diplomi agli allievi.



Club Alpino Italiano Sezione UGET-Torino
Scuola Sci di Fondo e Fondo Escursionismo



Levrino sport Lo specialista dello sci di Fondo

ATTREZZATURA PER SCI: di discesa, di fondo, di alpinismo

ABBIGLIAMENTO: da montagna, da trekking, da tennis, per il tempo libero

LABORATORIO ATTREZZATO PER:

revisione attrezzatura in genere
affollatura lamine

PER SCI DI FONDO E DI DISCESA:
riparazione e preparazione sci
sciolinatura

VIA ISSIGLIO 2 (corso Peschiera) - TORINO TEL. 011 3852490

calendario 2011-2012

sci fondo

24 novembre	presentazione corso
3 dicembre	incontro sulla neve "stagione sportiva 2011-2012"
4 dicembre	1ª lezione
11 dicembre	2ª lezione
15 dicembre	auguri di Natale
18 dicembre	gita bus della neve
8 gennaio	3ª lezione
22 gennaio	4ª lezione
3 febbraio	proiezione video allievi
5 febbraio	5ª lezione
12 febbraio	gita bus della neve
16-19 febbraio	week-end lungo fondo Chiavenna-Engadina
26 febbraio	gara sociale
20 aprile	cena sociale

sci fondo escursionismo

24 novembre	presentazione corso
13 gennaio	lezione abbigliamento e tecnica
20 gennaio	lezione teorica "Ambiente Montano"
22 gennaio	preselezione allievi SFE2/SE2
27 gennaio	lezione teorica "Metereologia"
4 febbraio	1ª lezione su piste da discesa
10 febbraio	lezione teorica "Neve e Valanghe"
11 febbraio	2ª lezione su piste da discesa
14 febbraio	lezione teorica "Topografia e Orientamento"
18-19 febbraio	3ª lezione gita fuoripista prova orientamento e auto soccorso
24 febbraio	lezione teorica "Pronto Soccorso"
3 marzo	4ª lezione su piste da discesa
18 marzo	5ª lezione gita fuoripista
24-25 marzo	6ª lezione gita fuoripista week-end SFE CAI Uget
14-15 aprile	week-end SFE LPV
20 aprile	cena sociale

Informazioni ed Iscrizioni

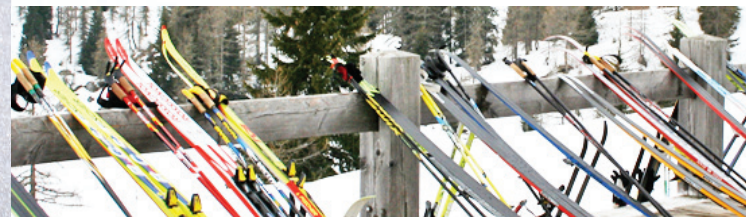
Tutti i giovedì dalle 21 alle 22 presso la sede di corso Francia 192 parco della Tesoriera - Torino

www.caiuget.it/sfe
skifondo@caiuget.it
tel 011.53.79.83

Iscriviti alla nostra newsletter online!

Per partecipare ai corsi è richiesto il certificato medico per attività sportiva non agonistica e l'iscrizione al CAI.

WEEK END LUNGO DI FONDO 16-19 febbraio 2012



3 GIORNI IN ENGADINA CON IL CAI!

BUS DELLA NEVE



A SCIARE IN BUS CON IL CAI

Per tutta la durata del corso di sci di fondo le località scelte per le lezioni saranno raggiunte con il bus della neve.

Giovedì 24 novembre 2011 ore 21

Presentazione dei corsi:

sci di fondo e sci di fondo escursionismo

Ski Fondo Races

corso Francia 192 parco della Tesoriera - Torino

www.caiuget.it/sfe

www.caiuget.it/sfe