

Corso di sci fuori pista, 1a uscita

Cosa

Tipo di gita
Tipo di attività

COR (Corso di formazione)
Corso

Quando

Data di inizio
Data finale
Status

Samstag, 27. Januar 2024
Sonntag, 28. Januar 2024
ausgebucht

Chi

Gruppo
Capogita 1

Attivi, Giovani



Alessandro Docimo

Capogita 2



Marta Pedrini

Esigenze tecniche
Esigenze cond. fisica
Alloggio / Ristorazione
Costi
Percorso / Dettagli

ZS - ziemlich schwierig
A - wenig anstrengend
Berghaus Diavolezza, Talstation Diavolezza, 7504 Pontresina GR
CHF 750.-,
Introduzione:

Il corso "tecnica di sci fuori pista" dà la possibilità ai partecipanti di migliorare la propria tecnica sciistica su piste preparate così come in neve fresca. Attraverso piccoli gruppi e insegnamenti mirati, l'obiettivo del corso è quello di rendere il partecipante sicuro della propria sciata in pista ma soprattutto al suo esterno, permettendogli inoltre di poter superare eventuali ostacoli e godersi così anche la fase di discesa a valle.

Obiettivi del corso:

- Migliorare e rendere sicura la propria tecnica di sciata in pista e fuori pista;
- Sapere utilizzare correttamente il materiale di sicurezza a disposizione;
- Conoscere e applicare il 3x3;
- Conoscere e applicare il metodo di riduzione grafico (MRG);
- Riconoscere pendii a rischio e valutarne il rischio valanghe.

Informazione
supplementare

Per ulteriori dettagli, rifarsi al piano di insegnamento allegato.

Requisiti minimi:

- Età minima: 16 anni;
- Numero massimo di partecipanti: 12;
- Condizione fisica per poter affrontare un'intera giornata di sci;
- Condizione fisica per poter affrontare una salita di 400m di dislivello in circa 1 ora;
- Esperienza nelle conversioni;
- Disporre di una già discreta tecnica di sci in pista;
- Capacità di gestire discese in sicurezza su piste nere in corto raggio e almeno in parallela derapata;
- Conoscenza delle regole FIS in vigore.

Equipaggiamento	<p>La qualità della formazione è garantita da maestri di sci con attestato professionale federale (APF) della sezione.</p> <p>- Abbigliamento personale e di ricambio secondo le proprie esigenze; - Articoli per l'igiene personale; - Materiale di base con complemento A0 secondo checklist Freeride (casticino.ch). - La completezza e idoneità del materiale è di responsabilità dei partecipanti. Vi è la possibilità di ottenere del materiale in prestito previo annuncio.</p>
Iscrizioni	
Iscrizioni	Online von Mi 1. Nov. 2023 bis So 31. Dez. 2023, Max. TN 11 / 12
Formalità di iscrizione	Gli interessati sono invitati ad iscriversi e partecipare alla serata di presentazione di giovedì 21 dicembre 2023. Iscrizione alla prima uscita vale per tutto il corso.