



Club Alpino Italiano
sezione di Busto Arsizio
Via Dante, 5
Tel. 0331 622745

**Club Amici della
Montagna**
Via Silvio Pellico, 9
Tel. 333 8274148



PROGRAMMA SCUOLE SCI ESCURSIONI INVERNALI 2020

**Presentazione delle scuole sci
11 dicembre ore 21.00
Presso la sede CAI
Via Dante, 5 (ingresso da Piazza Plebiscito)**

PROGRAMMA SCI DI FONDO

IL CORSO DI FORMAZIONE

Il Club Alpino Italiano e il Club Amici della Montagna, organizzano il corso di sci di fondo per tutti coloro che vogliono iniziare l'apprendimento della tecnica base e per coloro che vogliono perfezionare la loro tecnica sia con il passo classico che pattinato.

STRUTTURA DEL CORSO

Il corso avrà una lezione teorica in sede, con la presenza del maestro che svolgerà l'attività di istruzione e quattro uscite domenicali in località itineranti. Terminata la lezione pratica, si potrà continuare l'apprendimento della tecnica assieme ai nostri soci che accompagneranno i partecipanti sulle piste.

È previsto, per i soci, un corso di ginnastica pre-sciistica.

Teoria

Sede del Club Alpino Italiano in Via Dante, 5 - Busto Arsizio (ingresso da Piazza Plebiscito).

11-dic ore 21.00 Attrezzature ed equipaggiamento

Lezioni su neve

12-gennaio	FLASSIN
19-gennaio	FORMAZZA
26-gennaio	SPLÜGEN (CH)
2-febbraio	CAMPRA (CH)

Le località potranno subire variazioni in base all'innevamento presente sulle piste.

PROGRAMMA SCI DI DISCESA

IL CORSO DI FORMAZIONE

Il Club Alpino Italiano e il Club Amici della Montagna, organizzano il corso di sci di Discesa per tutti coloro che vogliono iniziare o perfezionarsi nella tecnica dello sci di discesa.

STRUTTURA DEL CORSO

Il corso si articola in quattro uscite domenicali, in località itineranti, il o i maestri ci seguiranno nelle località. Terminata la lezione pratica, si potrà continuare l'apprendimento della tecnica assieme ai nostri soci che accompagneranno i partecipanti sulle piste.

È previsto, per i soci, un corso di ginnastica pre-sciistica.

Lezioni su neve

12-gennaio	VALTOURNENCHE
19-gennaio	GRESSONEY
26-gennaio	BARDONECCHIA
2-febbraio	MONGINEVRO (F)

Le località potranno subire variazioni in base all'innevamento presente sulle piste.

LE GITE

Chi invece è già uno sciatore praticante, potrà aggregarsi alla comitiva e sciare in compagnia. Oltre alle gite del corso, sono in programma:

<i>DISCESA</i>		<i>FONDO</i>
Torgnon	5 gen	Torgnon
	9 feb	Cogne
Campionati Bustesi di discesa	16 feb	Schilpario
	21-23 feb	Weekend sulla neve
5 giorni di non solo sci	dal 26 feb	5 giorni di non solo sci
Val Pusteria	al 1 mar	Val Pusteria
	1 mar	Arpy
Cervinia	8 mar	Valle di Goms (CH)
	15 mar	Monginevro (F)
La Thuile	22 mar	Saint Barthélemy
	29 mar	Riale

Le località potranno subire variazioni in base all'innnevamento presente sulle piste.

Le gite di discesa potranno essere effettuate in collaborazione con altri Sci club.

Le gite dello sci di fondo e il weekend 21-23/2, sono in collaborazione con: Sci Club Gallarate.

Per la cinque giorni, 26 feb. - 1 mar. , le prenotazioni termineranno all'esaurimento dei posti disponibili e non oltre il 13 dicembre.

ESCURSIONI CON RACCHETTE DA NEVE

Contemporaneamente al corso di sci, sono organizzate escursioni con le racchette da neve (ciaspole). Nelle date del corso sci, ci si aggogherà al pullman del fondo, seguendo le località del corso:

12-gennaio	FLASSIN
19-gennaio	FORMAZZA
26-gennaio	SPLÜGEN (CH)
2-febbraio	CAMPRA (CH)

Nelle date: sabato 8 febbraio (uscita notturna), 8 e 22 marzo le località saranno scelte in base all'innnevamento presente e alle condizioni del manto nevoso.

Per poter partecipare alle gite, come da normativa vigente, si dovrà avere il kit:

- Artva
- Pala e sonda

Alcuni kit sono disponibili per il noleggio nella sede CAI, da prenotare all'atto dell'iscrizione.

QUOTE

La quota del corso **comprende**: la lezione teorica per lo sci di fondo, le quattro lezioni pratiche, l'accompagnamento dei soci e il trasporto in pullman nelle varie località.

Non comprende il giornaliero per l'accesso alle piste e quanto non riportato sopra.

Per i costi effettivi interpellate le associazioni.

DOCUMENTI NECESSARI

Per Corso: Iscrizione a CAI o CAM
compresa Assicurazione per la durata del corso.

Per Gite: Iscrizione a CAI o CAM
Oppure tesserino di socio simpatizzante con assicurazione giornaliera.

Per le gite in Svizzera un documento valido per l'espatrio. Per i minori è necessaria la presenza di un familiare.

APERTURA DELLE ISCRIZIONI

Dal mese di novembre presso le sedi delle due società.

Termine iscrizioni il 10 gennaio 2020 o all'esaurimento dei posti disponibili.

Informazioni più dettagliate si possono avere contattando le società:

CAI via Dante, 5 Busto Arsizio (ingresso da Piazza Plebiscito)

Telefono: 0331 622745

<http://www.caibustoarsizio.it>

Email info@caibustoarsizio.it

Apertura: mercoledì e venerdì ore 21.00 - 23.00

CAM via Silvio Pellico, 9 Busto Arsizio

Telefono: 333 8274148

<https://www.cambusto.it>

Email info@cambusto.it

Apertura: martedì e venerdì ore 21.00 - 23.00
