



CORSO DI SCI DI FONDO

Lo sci da fondo è uno degli sport più indicati per gli asmatici. Diversi pazienti, come il nostro testimonial Giorgio Di Centa, sono diventati dei campioni olimpionici grazie a questo sport, che protegge i bronchi dalla loro chiusura, sia per l'attività ritmica, sia per respirare aria buona. Grazie alla collaborazione con il Gruppo Sportivo Alpini di Udine, e visto il successo degli scorsi anni, ALPI ha deciso di riproporre l'iniziativa che si articolerà con i seguenti dettagli:

LUOGO: Tarvisiano, con splendidi panorami sul gruppo del Jof Fuart, dalle 12:00 alle 14:00 per le lezioni, poi si potrà sciare quanto si vuole in proprio

INSEGNANTI: i maestri della Scuola di Sci di Fondo della Valcanale

PROGRAMMA:

- Ore 11:30 ritrovo presso l'Arena Paruzzi (Tarvisio)
- Ore 12:00 inizio lezioni
- Ore 14:00 termine delle lezioni

BAMBINI (4-13 anni): 4 sedute di corso con maestro da 2 ore l'una a 50 €. Al termine del corso si faranno delle uscite collettive, in varie località della Regione, per poter apprezzare le sue peculiarità (Val Saisera, Fusine Rateče, Pradibosco, Studena, Timau, ...)

ADULTI: dai 14 anni in su, possono frequentare il corso al costo di 100 €, comprensivi sempre di maestro. Al termine del corso si faranno delle uscite collettive, in varie località della Regione (vedi sopra)

DATE: dipenderanno dalla presenza di neve: 8-15-22-29 gennaio, dalle 12:00 alle 14:00. - Pasto: in proprio o in ristorante - Spuntino per i bambini gratuito a metà di ogni seduta, con tè e biscotti - Ultimo giorno: garetta finale, premiazione, attestato, regalino ricordo e pastasciutta per tutti, secondo le disposizioni Covid

ASSISTENZA MEDICA DURANTE IL CORSO

LEZIONE TEORICA PRE-CORSO: La faremo in videoconferenza, secondo le istruzioni che forniremo più avanti. Leggete periodicamente il sito www.gsaudine.it oppure www.associazionealpi.com

ISCRIZIONI: ENTRO mercoledì 28 DICEMBRE fino ad esaurimento dei posti presso la sede Alpini Via Sant' Agostino 8/A (di fronte alla Quietè), a Udine, il mercoledì dalle 19:00 alle 20:00 oppure tramite mail a gsa.udine@libero.it .

MATERIALE: è possibile noleggiare il materiale sciistico (sci, scarpe e racchette) nella sede del G.S.A. al costo complessivo di 50 € per tutta la stagione (fino ad esaurimento del materiale).

INFORMAZIONI: n. 3661781408 di Dino Flaugnatti o al n. 3478739290 di Nadia Pradal o Franco Maranzana 3289541651 o mandando una mail a gsa.udine@libero.it

DOMANDA DI ISCRIZIONE: inviare a gsa.udine@libero.it

COGNOME E NOME:

DATA DI NASCITA: CODICE FISCALE:

VIA:

CITTÀ:

TEL. E-MAIL:.....

Udine, _____ Firma _____ (del genitore se minore)

TECNICA CLASSICA	SKATING	MAI SCIATO	GIÀ SCIATO

PER PARTECIPARE AI CORSI DI QUALSIASI LIVELLO ED ETÀ È INDISPENSABILE UN CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITÀ ALLA PRATICA SPORTIVA NON AGONISTICA CHE VIENE RILASCIATO DAL MEDICO DI BASE OPPURE DAL DOTTOR CANSANI PER I PAZIENTI SEGUITI DA LUI STESSO.

RISERVATO AL GRUPPO SPORTIVO ALPINI

Quota pagata il _____

Cordiali saluti

Udine, 12.10.2022

Mario C. Canciani

