

Associazione  
**Nuovi Orizzonti**  
Largo Pannonia 1 tel 06 700 14 74 / 333 667 31 31

## **Corso sci di fondo escursionistico**

**Dal 14 al 22 Marzo 2020**

Il corso di marzo, a differenza di quello svolto nei mesi di gennaio / febbraio, ha una struttura decisamente più “agile”; non sono infatti previste lezioni teoriche e il numero delle “pratiche è ridotto da 5 a 4 . Venendo così incontro alle esigenze di chi non può ricavare dal proprio tempo libero più di due week end.

Le ore di lezione complessive saranno in ogni caso 20. I luoghi saranno quelli più prossimi a Roma, in relazione allo stato d'innevamento, in linea di massima : Campo Felice, Ovindoli, Livata.

Scopo del corso che è d'introduzione, ossia per principianti, è quello di fornire adeguati strumenti di progressione su itinerari facili con pendenze limitate.

Permettendo al termine dello stesso la realizzazione di una escursione avendo acquisito : passo alternato, tecniche di discesa elementare con relative frenate.

Istruttore : Arturo 333 667 31 31

**Date:**

sab. 14 e dom. 15 marzo : ( si parte la mattina per tornare la sera sia del sabato che della domenica chi vuole può però pernottare in albergo a Campo Felice a spese proprie).

+ sab. 21 e dom. 22 marzo : w.e. con partenza il sabato e rientro la domenica sera al Parco d'Abruzzo ( mezza pensione compresa nel prezzo ).

La partenza avverrà da via Magna Grecia 21 alle ore 7,00 sia di sabato che di domenica

Il rientro in città avverrà intorno alle ore 17,00

I trasporti saranno con auto private ottimizzando i posti in auto e dividendo le relative spese

La quota di partecipazione è di euro 250,00 + 16,00 euro di tessera o rinnovo tessera comprende 20 ore di lezione + mezza pensione nel w.e. al Parco d'Abruzzo

Anticipo eu. 100,00 saldo entro il 10 marzo

L'affitto dell'attrezzatura ( sci scarpe e bastoncini ) ha un costo ( non frazionabile) di euro 45,00 per l'intero corso

*Chiusura iscrizioni : 9 marzo*