



Organizza nel mese di gennaio 2012 il 27° CORSO DI AVVIAMENTO E PERFEZIONAMENTO ALLO SCI DI FONDO

La nuova stagione sciistica é arrivata: noi del Gruppo Sportivo Alpini di Sesto proponiamo il 27° corso di sci nordico(fondo) come gli scorsi anni che ha avuto successo sia fra i giovani che fra gli adulti. E' aperto dai bimbi di 6 anni accompagnati dai genitori agli adulti senza limiti di età. Questo sport si svolge tra i monti dove è assente l'inquinamento atmosferico e acustico.

PRESENTAZIONE DEL CORSO: MERCOLEDI 14 DICEMBRE ORE 21,00

presso la nostra sede Via Giovanna D'Arco, 17 a Sesto San Giovanni.

Programma del corso

- N° 2 **LEZIONI TEORICHE IN SEDE, 11 e 18 gennaio 2011 - ore 21,00**
su materiali, evoluzioni tecniche, alimentazione e pronto soccorso, sciolinatura, paraffinatura e proiezioni di film didattici.
- N° 4 **LEZIONI pratiche sulla neve per gli adulti. Domenica 15, 22, 29 gennaio e 5 febbraio 2012**
- N° 3 **LEZIONI pratiche sulla neve per i bimbi e ragazzi. Domenica 22,29,e 5 febbraio**
Le lezioni saranno di 2 ore per uscita.



VOLETE imparare a sciare divertendovi?

VOLETE sciare tra i boschi ?

VOLETE immergervi nella natura ?

VOLETE sciare in compagnia?

VENITE DA NOI !

Le località saranno scelte in funzione dell'innevamento. Potranno essere: Schilpario, Brusson, Val Formazza, Cogne, Flassin; Campra, San Bernardino e Splugen in Svizzera. Partenza del pullman da piazza 1° Maggio stazione F.S. alle ore 7,00
Per lezioni in Svizzera è **necessario portare** Carta di Identità o Passaporto **non scaduti**.

Iscrizioni in Sede al mercoledì dalle ore 16,00 alle 19,00 e dalle 21,00 alle 22,30 e venerdì dalle ore 21,00 alle 22,30. **Chiusura delle iscrizioni entro mercoledì 7 gennaio 2012.**

Preiscrizioni a ½ fax 02.2401204 oppure e-mail anasestosg@virgilio.it da confermare successivamente in sede. **Informazioni** : 333.4651268

La partecipazione al corso per adulti comprende:
Tessera annuale F.I.S.I. e Associazione Gruppo Sportivo Alpini, lezioni teoriche e sulla neve, Viaggio in Bus, ingressi sulle piste, premiazione e cena rustica di fine corso. Il corso per bambini e ragazzi comprende: Tessera Associazione G.S. Alpini. Lezioni sulla neve. Viaggio in Bus, ingressi sulle piste, premiazione e cena rustica di fine corso.

**ORGANIZZIAMO INOLTRE GITE DOMENICALI E DI FINE SETTIMANA
PALESTRA PRESCIISTICA E TONIFICANTE PER ADULTI**

In sede sono disponibili: sci, scarpe e bastoncini e l'assistenza tecnica per sciolinare.

GRUPPO SPORTIVO ALPINI = GARANZIA PER IL FONDISTA

20099 SESTO S.GIOVANNI (MI) - VIA G. D'ARCO, 17 - TEL.FAX 02 2401204 - e-mail: anasestosg@virgilio.it
www.alpinisestosg.it - la sede è aperta il mercoledì 16.00÷19.00 / 21.00 ÷ 23.00- venerdì 21.00 ÷ 23.00