

Pontedilegno Ski Team

Season 2



Numeri

34 giornate

3 ore di allenamento e divertimento

8 special events



“non ci alleniamo per vincere sempre, ma sempre per vincere”

Chi siamo



Dopo una prima grande stagione, eccoci pronti per un secondo anno ricco di novità.

Con il weekend dell'Immacolata prenderà il via la seconda stagione dello SKI TEAM, corso di punta della Pontedilegno Ski School dedicato ai bambini e ai ragazzi dai 6 ai 16 anni che hanno voglia di imparare, affinando talento e tecnica, ma soprattutto divertirsi in un gruppo affiatato.

Il corso ha le caratteristiche di una pre-agonistica ed è rivolto a bambini e ragazzi che hanno raggiunto discrete capacità tecniche, attitudine alla crescita relazionale all'interno del gruppo e buona autosufficienza nella gestione dell'attrezzatura.

Ai ragazzi verrà consegnata la nuova divisa sociale CMP, che grazie alla Partnership con Energizer si potrà acquistare ad un prezzo molto conveniente, il cui uso è obbligatorio durante le ore di allenamento; come per tutti i club, la divisa potrà identificarci in un Team e sarà certamente simbolo di appartenenza.

Il corso è svolto da maestri di sci con esperienza di allenamento, di volta in volta affiancati da guide e istruttori specializzati per lo svolgimento di giornate con lo scopo di approfondire specifiche tematiche o altre discipline sportive.

Novità

Le basi tecniche dei bambini e ragazzi vengono impostate attraverso tanto sci in campo libero in tutte le condizioni e attraverso tutti gli archi di curva. Il consolidamento della tecnica passa poi attraverso l'addestramento in percorsi tracciati da slalom speciale e slalom gigante sia con pali alti che con ciuffetti o pali nani, anche attraverso l'ausilio di correzioni video e prove cronometrate per allenare la concentrazione e la competitività dei ragazzi.

Novità di quest'anno saranno le giornate dedicate ad altre discipline invernali, nell'ottica di un programma invernale multisport: proveremo insieme lo sci di fondo, faremo una divertente esperienza di pattinaggio sul ghiaccio e ci divertiremo in funamboliche discese con lo snowboard. A completare il programma anche salti e acrobazie allo snow park, un'emozionante sciata in notturna e un mini camp di freeride.

E dopo aver imparato tanto è l'ora di sfidarsi nella gara di fine corso, a cui non parteciperanno solo i ragazzi, ma anche i genitori...e a seguire premiazioni per tutti e grande festa per concludere in bellezza la stagione.

Come lo scorso anno ci sarà la possibilità di partecipare alle gare del circuito Donkey's cup che si svolgeranno la domenica mattina sulle piste del comprensorio Pontedilegno - Tonale.



Programma

IMMACOLATA: da giovedì 08 a sabato 10 dicembre dalle ore 09:00 alle ore 12:00.

Queste prime giornate saranno dedicate alla creazione dei gruppi, con sciare in campo libero per riprendere confidenza con la neve e l'attrezzatura.

In funzione della neve e delle piste disponibili, inizieremo anche l'allenamento tra i pali nani o ciuffetti, oltre a svolgere esercizi per lo sviluppo di tutte le abilità.

DICEMBRE: domenica 18 dalle ore 09:00 alle ore 12:00

VACANZE DI NATALE: 27-28-29-30 dicembre e 2-3-4-5-6 gennaio dalle ore 14:00 alle ore 17:00

Vista l'alta affluenza sulle piste da sci nel periodo natalizio per ragioni di sicurezza e per ottimizzare le lezioni, queste saranno svolte in pista riservata con particolare attenzione allo sviluppo delle abilità motorie in percorsi tracciati.



GENNAIO: sabato 14, 21 e 28 dalle ore 14:00 alle ore 17:00, domenica 15, 22 e 29 dalle ore 09:00 alle ore 12:00

FEBBRAIO: sabato 04, 11, 18 e 25 dalle ore 14:00 alle ore 17:00, domenica 05, 12, 19 e 26 dalle ore 09:00 alle ore 12:00

MARZO: sabato 04, 11 e 18 dalle ore 14:00 alle ore 17:00, domenica 05, 12 e 19 dalle ore 09:00 alle ore 12:00

Sabato 25 marzo dalle ore 09:00 alle ore 13:00 gara di fine corso con premiazioni e festa di chiusura

Con la formazione dei team verranno creati dei gruppi whatsapp nei quali i genitori riceveranno comunicazioni e informazioni da parte dei maestri. Per la parte burocratica e contabile il riferimento è la segreteria.

I ritrovi sono sempre alla partenza della cabinovia di Ponte di Legno le mattine e in zona Rododendro i pomeriggi, viceversa i luoghi in cui termineranno le lezioni sono a Ponte di Legno il pomeriggio e in Tonale la mattina.

A metà lezione circa, per “ricaricare le pile” e svagarsi un po’, verrà effettuata una breve pausa.

Programma tecnico

Addestramento in campo libero con conoscenza degli archi di curva;

Curva obbligatoria in percorsi tracciati con ciuffetti o pali nani e conoscenza dei tempi di esecuzione;

Sviluppo abilità generali con esercizi propedeutici;

Avviamento alle discipline del freeride in fuoripista e del freestyle all'interno delle piste snow park e ski cross;

Sviluppo tecnico della curva agonistica con tracciature di slalom e slalom gigante, utilizzando anche ciuffetti e pali corti;

Riprese video con correzione sul campo, utili a far percepire capacità e difetti di esecuzione da migliorare e correggere;

Attività di pre-agonistica con prove cronometrate/parallelo per aumentare la concentrazione e la competitività;

Sviluppo abilità tecniche e fisiche caratteristiche di altri sport come lo sci di fondo, lo snowboard e il pattinaggio.

Giornate a tema



Nel corso della stagione organizzeremo alcune giornate a tema con lo scopo di approfondire alcune tematiche o cimentarci in altre discipline sportive, ma anche per fare gruppo e divertirsi insieme imparando. Le date e i programmi di dettaglio delle giornate saranno comunicati con anticipo durante la stagione e saranno:

- ✓ Giornata snow park e freestyle;
- ✓ Giornata Freeride;
- ✓ Fiaccolata Unicef;
- ✓ Giornata Ecosostenibilità;
- ✓ Sciata in notturna in Valbione;
- ✓ Prova di snowboard;
- ✓ Prova di pattinaggio al Palaghiaccio di Temù;
- ✓ Prova di sci di fondo in Valsozzine.

Organizzazione dei gruppi

Gli allievi saranno suddivisi in gruppi omogenei di livello tecnico ed età, seguendo il criterio delle categorie FISJ nella pratica dello sci agonistico:

PULCINI

SUPER BABY -> 2016-2015

BABY -> 2014-2013

CUCCIOLI -> 2012-2011

CHILDREN

RAGAZZI 2010-2009

ALLIEVI 2008-2007

Prezzi e pagamento

COSTO ISCRIZIONE € 550

TESSERA SOCIALE E FISCI € 50 (comprensiva di assicurazione RCT)

NUOVA DIVISA SOCIALE CMP € 60 (facoltativa per chi è già in possesso della divisa della scorsa stagione)

Per le attività di sci di fondo, snowboard e pattinaggio è previsto un contributo spese di € 10 ciascuna, mentre l'iscrizione alle gare avrà un costo extra che verrà comunicato di volta in volta.

ISCRIZIONI ENTRO IL 13/11/2022 (vedi modulo iscrizione sul nostro sito web)

PAGAMENTO (COSTO DETRAIBILE)

€ 300 entro il 03/12/2022

€ 300 entro il 30/01/2023

€ 60 al ritiro della nuova divisa CMP

Bonifico bancario intestato a SKIP A.S.D. IT24 M0816354 9900 0013 0119 352

Causale: cognome nome bambino iscrizione ski team

Certificato Medico

Per i bambini al di sotto dei 12 anni è richiesto il certificato di buona salute con ECG basale.
Per i ragazzi dai 12 anni compiuti è richiesto il certificato medico sportivo agonistico.

Siamo convenzionati con il centro medico San Giorgio di Edolo

Attrezzatura

Oltre all'uso del casco obbligatorio (omologato FIS), si consiglia anche l'uso del paraschiena.

Si raccomanda inoltre di avere sempre gli sci preparati per una sciata piacevole e sicura.
I vostri maestri sono a disposizione per qualsiasi informazione o suggerimento tecnico sull'attrezzatura.

Vi ricordiamo infine che tutti i Ns allievi hanno il diritto al 20% di sconto per il noleggio e il service presso il nostro Ski Rent di Ponte di Legno.

Allenati con noi!

