



CORSO CANOA 2019

www.canoa.ch info@canoa.ch

Programma

		Ritrovo	Monitori	
Martedì 7 maggio		Sede Locarno		
Venerdì 10 maggio (18.30 – 21.00)	Le basi in acqua calma	Sede Lugano		
lunedì 13 maggio (18.00-21.00)	Tecniche di base in corrente (fiume Ticino)	Sede Bellinzona		
lunedì 20 maggio (18.00 – 21.00)	Il fiume Ticino (Claro-Bellinzona)	Sede Bellinzona		
lunedì 27 maggio (18.00 – 21.00)	Il fiume Ticino (Biasca Lodrino)	Sede Bellinzona		
lunedì 3 giugno (18.00 – 21.00)	Il fiume Ticino (Biasca Lodrino)	Sede Bellinzona		
giovedì 6 giugno (18.00-21.00)	Il fiume Moesa; (S. Vittore – Bellinzona)	Sede Bellinzona		
Lunedì 10 giugno (9.00-15.00)	Il fiume Moesa (S.vittore- sede) con costinata finale e chiusura corso	Sede Bellinzona		
Mercoledì 12 giugno (18.00-21.00)	Il fiume Moesa... per chi vuole continuare	Sede Bellinzona		

Verranno sempre valutate le capacità tecniche del corsista e la portata d'acqua del fiume, per eventuali adattamenti o variazioni del programma. Durante tutto il corso saranno date nozioni di sicurezza.

Materiale personale dei partecipanti: - costume da bagno, - asciugamano, - maglia termica o di lana, - scarpe da ginnastica, - ev. cordicella per fissare gli occhiali

Il materiale canoistico (canoia, muta, giacca, ecc.), viene fornito dal GCT.

Ogni partecipante deve essere assicurato privatamente. Obbligatorio saper nuotare.

Costo del corso:

Soci GCT fr. 300.—noleggio materiale compreso.

Non soci GCT fr. 360.-- noleggio materiale compreso.

Monitori GCT

Galbusera	Ivo	829 40 05	078/605 40 05	mago.gi@sunrise.ch
Netzer	Laura	994 71 52	079/328 82 27	netzer.family@bluewin.ch
Gentilini	Ivo	829 38 21		gentilivo@bluewin.ch
Molteni	Milca		076/416 15 55	mmolteni@yahoo.com
Camponovo	Teo	994.80.90	079/223.83.27	teo@mondo-bici.com
Cheda	Cornelio		079/239 02 71	citti66@bluewin.ch
Della Bruna Luca Panziera	Moreno		078/ 821 08 64	moreno9db9@hotmail.com