



CORSO CANOA 2021

www.canoa.ch info@canoa.ch

Programma

		Ritrovo	Monitori	
Martedì 27 aprile		Sede Locarno	Cornelio	
Lunedì 3 maggio (18.30 – 21.00)	Le basi in acqua calma	Sede Lugano	Laura	
Giovedì 6 maggio (18.00-21.00)	Tecniche di base in corrente (fiume Ticino)	Sede Bellinzona	Milca Laura	
lunedì 10 maggio (18.00 – 21.00)	Il fiume Ticino (Claro-Bellinzona)	Sede Bellinzona	Ivo Moreno	
lunedì 17 maggio (18.00 – 21.00)	Il fiume Ticino (Biasca Lodrino)	Sede Bellinzona	Milca Ivo	
Giovedì 20 maggio (18.00 – 21.00)	Il fiume Ticino (Biasca Lodrino)	Sede Bellinzona	Milca Moreno	
Martedì 25 maggio (18.00-21.00)	Il fiume Moesa; (S. Vittore – Bellinzona)	Sede Bellinzona	Ivo Moreno	
Giovedì 27 maggio (18.00-21.00)	Il fiume Moesa (S.vittore- sede) con pizza finale in sede e chiusura corso	Sede Bellinzona	Milca Ivo Ge	

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 (canoa, 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