

CURSO DE ESQUI NORDICO ORIENTADO AL SKIJORING



FECHA:

23 Y 24 DE
FEBRERO DE
2018

LUGAR:

Centro de
esquí nórdico
Larra-Belagua

PRECIO:

79 €

NUESTRO OBJETIVO:

Brindaros herramientas para el aprendizaje del esquí nórdico e intentar combinarlo con el tiro de perros. Se trata de una experiencia innovadora y muy intensiva, en la que romperemos los moldes de la enseñanza tradicional del esquí.

MATERIAL A TRAER POR LOS PARTICIPANTES:

- Ropa cómoda: Abrigo en capas, gorro, gafas de sol, guantes.
- Cantimplora/botella de agua.
- Protección solar alta y protector labial.
- Cinturón de skijoring- canicross
- Línea de tiro de skijoring-bikejoring con amortiguador

INCLUYE:

Clases
Seguro de actividad

ESQUEMA GENERAL DEL CURSO:

PRIMERA PARTE: Toma de contacto.

Iniciación a las técnicas básicas del esquí nórdico, con especial énfasis en el deslizamiento.

SEGUNDA PARTE: La tracción.

Técnicas básicas del esquí nórdico en situación de tracción. (Pasiva/Activa; Con bastones/Sin bastones; Acelerando/Desacelerando; Cambios de dirección).

TERCERA PARTE: Relación perro-esquiador.

Esquiar traccionado por perros. (Comunicación; Coordinación; Aprovechamiento de las fuerzas; Deslizamiento; Velocidad).

CUARTA PARTE: Skijoring.

Skijoring en situación de competencia.

QUINTA PARTE: Mantenimiento de los esquis.

Nociones básicas de limpieza y parafinado.

NO INCLUYE:

Pase de pistas
Alquiler de equipo de esquí
Traslados
Alojamiento
Comidas
Material a traer por cada participante

PROGRAMA

1º Jornada: SÁBADO		2º Jornada: DOMINGO	
09:00	Llegada al centro invernal: Presentación, charla introductoria y entrega de material.	8:45	Llegada al centro invernal y entrega de material
10:00 a 12:00	Primera parte	9:00 a 11:00	Cuarta parte
12:00 a 14:00	Segunda parte	11:00 a 12:00	Simulacro de competición
14:00 a 15:00	Parada para comer	12:00 a 13:00	Quinta parte
15:00 a 17:00	Tercera parte	13:00	Conclusiones y despedida

* Los horarios son orientativos

OBSERVACIONES:

La realización del curso está condicionada por la existencia de nieve y las condiciones de la misma en la estación de esquí.

En caso de no realizarse el curso se devolverá el importe de las inscripciones

Asimismo, de no cubrirse el mínimo de participantes y no realizarse el curso se devolverá el importe de las inscripciones

El nivel del curso será básico. En caso de salir un número suficiente de alumnos de mayor nivel se realizará un segundo grupo adaptándolos a los niveles de los participantes

INSCRIPCIONES Y CONSULTAS

Enviando un correo electrónico a info@reservoirdogs.es con tus datos personales, DNI, fecha de nacimiento y justificante del pago.

Pago de la inscripción en la cuenta: ES74 1465 0100 9219 0048 5408

TITULAR: RESERVOIR DOGS MYCOSPORT S.L.

ORGANIZA:

