



## Circolo Ricreativo Dipendenti Provinciali

# SCI DA FONDO

**Dove:** Monte Bondone, Viote

**Quando:** 2 febbraio

### *Quote di partecipazione*

**Soci:** 30,00 € (con affitto attrezzatura) - 15,00 € (con attrezzatura propria)

**Posti disponibili:** massimo 20 (minimo 10)

**Orari:** dalle 9,00 alle 11,00

**Iscrizioni:** riservate ai soci, a partire dalle 14:30 di giovedì 9 gennaio, fino ad esaurimento posti, presso la sede del Circolo contestualmente al pagamento della quota.

Sei curioso di provare lo sci di fondo e cerchi una mattinata intensiva per imparare le basi e muoverti in autonomia?

Ecco, il C.R.D.P. ha pensato anche a questo. In collaborazione con la scuola italiana sci fondo Viote, tra il Palon e le Tre Cime, avremo l'opportunità di sperimentare per circa **2 ore** e seguiti da istruttori esperti una **lezione conoscitiva dello sci di fondo in specifico nella tecnica classica**.

**Comprensivo nel prezzo di 30 euro ci saranno il noleggio giornaliero dell'attrezzatura (sci, scarpe e bastoncini), l'entrata al centro scuola gestito da Asis per tutta la giornata e la lezione di 2 ore (dalle 9 alle 11) con istruttore specializzato.** Qualora vi fossero partecipanti già provvisti dell'attrezzatura (da comunicare all'atto dell'iscrizione) il costo per le due ore di lezione sarà di 15 euro.

Ricordiamo che lo sci di fondo apporta benefici sia a livello mentale (libera dallo stress) sia a livello fisico apparato cardio-vascolare, respiratorio e muscolo-scheletrico, pertanto cosa state aspettando.

Per non mettere in difficoltà gli organizzatori e gli altri partecipanti prima di iscrivervi valutate attentamente le vostre capacità motorie.

Vi aspettiamo numerosi.

***I consiglieri responsabili***  
Gilli Andrea – Viesi Stefano

*Crdp*