

DOMANDE  
E  
RISPOSTE

**Posso** imparare a sciare divertendomi?

**Posso** muovermi immerso nella natura?

**Posso** fare sport in compagnia?

**La risposta è SI!!!**

Da molti anni tanti ragazzi lo stanno facendo insieme a noi.

**DOVE?** A Cunardo, al centro sportivo dello sci.

**CON CHI?** Maestri di sci, Professori di ed. fisica, Istruttori C.O.N.I., Allenatori federali e tanti amici.

**QUANDO?** Sempre, anche se non nevica, grazie al "cannone" che fa la neve per noi.

**PERCHÈ?** Perché facendo un pò di sport in allegria e nel giusto modo si cresce meglio

### GRUPPI DI LAVORO E ORARI

I corsi, sono aperti a tutti i ragazzi e ragazze dai 6 ai 19 anni

**GRUPPO Elementari** anni 2005 - 2006 - 2007 - 2008 - 2009

**Martedì** 15.00 - 16.00 - Palestra Comunale

**Venerdì** 16.00 - 17.00 - Baita del Fondista

**GRUPPO Medie** anni 2002 - 2003 - 2004

**Martedì** 16.00 - 17.00 - Palestra Comunale

**Venerdì** 17.30 - 18.30 - Baita del Fondista

### ISCRIZIONI E RITROVO PRESSO LA PALESTRA COMUNALE NEI SEGUENTI GIORNI:

**GRUPPO ELEMENTARI** Martedì 6 ottobre 15.00 - 16.00

**GRUPPO MEDIE** Martedì 6 ottobre 16.00 - 17.00

**GRUPPO SUPERIORI** Contattare i responsabili del centro per ricevere informazioni sulle attività a loro riservate

Per i corsi di sci, i gruppi di lavoro e gli orari verranno successivamente comunicati e concordati.

**Responsabile del Centro:** Bossi Claudio - Tel. 0332 995738 - Cell. 329 5330396

**Informazioni:** [centrocas@sciclubcunardo.it](mailto:centrocas@sciclubcunardo.it) - [www.sciclubcunardo.it](http://www.sciclubcunardo.it)

**Istruttori:** Bossi Claudio, Bacilieri Stefano, Gianantonio Gian, Nicola Stefano, Malagoni Giulia, Nicola Marco, Bossi Mariachiara, Speroni Luca, Paulovich Marco

## PROGRAMMA STAGIONE 2015 - 2016

**• OTTOBRE**  
**• NOVEMBRE**  
**• DICEMBRE**

CORSO FORMATIVO DI ATTIVITÀ MOTORIE E PSICO-MOTORIE POLIVALENTI presso la **Palestra Comunale** LAVORI SPECIFICI A "SECCO" PROPEDEUTICI ALLO SCI presso la **Baita del Fondista**

**• VACANZE DI NATALE**

CORSO DI SCI (6 h) tenuto da maestri della Scuola Italiana Sci sulla **pista "Sole e Neve"** di Cunardo con innevamento artificiale

**• GENNAIO**  
**• FEBBRAIO**

ATTIVITÀ DI AVVIAMENTO E PERFEZIONAMENTO TECNICO ALLA PRATICA DELLO SCI DI FONDO sulla **pista "Sole e Neve"**

**• MARZO**  
**• APRILE**

CORSI DI PALLAVOLO - BASKET - HOCKEY finalizzato allo sviluppo della socialità e delle capacità motorie coordinative - **palestra scolastica** CORSI DI NORDIC WALKING - ORIENTEERING - ROLLER sulla **pista "Sole e Neve"** di Cunardo

## DIVENTA SOCIO DELLO SCI CLUB CUNARDO E SCEGLI IL TUO CORSO!!!

**• CORSO ANNUALE** (costo € 120,00) - Si ha diritto a:

- partecipare a tutti i corsi + abbonamento ingresso pista da sci + tessera sociale
- tessera Federazione Italiana Sport Invernali + assicurazione Sportass - CONI
- iscrizione e assistenza tecnica alle gare + allenamenti e attività tecniche supplementari

**• CORSO INVERNALE** (costo € 80,00) - Si ha diritto a:

- partecipare al corso di sci "Vacanze di Natale" e al corso di sci "Gennaio-Febbraio" + abbonamento pista + tessera sociale
- tessera Federazione Italiana Sport Invernali + assicurazione Sportass - CONI
- iscrizione e assistenza tecnica alle gare + allenamenti e attività tecniche supplementari

**• CORSO NATALIZIO** (costo € 50,00) - Si ha diritto a:

- partecipare al corso di sci "Vacanze di Natale" + abbonamento pista + tessera sociale



Lo Sci Club organizza anche un servizio di noleggio sci, scarpe e bastoncini. Costo annuo € 40

### IMPORTANTE:

Per i ragazzi/e nati negli anni 2004-05-06-07-08-09 è necessario portare all'atto dell'iscrizione un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonista rilasciato dal proprio medico di base.

### ACQUISTO INDUMENTI SPORTIVI DELLA SOCIETÀ E NOLEGGIO SCI Da consegnare entro e non oltre il 31 ottobre 2015

È possibile compilando la cedola di prenotazione allegata, acquistare gli indumenti sportivi della società a prezzo di fabbrica e noleggiare sci - scarpe - bastoncini.

NOME	COGNOME	TAGLIA	ALTEZZA
1 Tuta sci fondo		60,00 €	
2 Tuta da riposo		60,00 €	PESO
3 Pile		40,00 €	N. SCARPE
4 Giubbino impermeabile (k-way)		30,00 €	
5 Giaccavento		70,00 €	
6 Noleggio materiale tecnico	Sci, Scarpe, Bastoncini	40,00 €	

barrare le caselle che interessano

### CENTRO C.A.S. SCI CLUB CUNARDO

#### scheda di iscrizione

da consegnare all'atto dell'iscrizione

Cognome ..... Nome .....

Luogo e data di nascita .....

Via di residenza ..... Città .....

Tel. .... \* E-mail .....

Firma del ragazzo ..... Firma del genitore .....

\* Per iscrizione alla nostra NEWSLETTER

novità

## SPORT CAMPS

per tutti gli iscritti al C.A.S.

**24/25 ottobre 2015**

"Weekend in ostello"  
a Lozzo in Val Veddasca

**6/7/8 dicembre 2015**

"Mini campo sci"  
Val Formazza  
o San Bernardino

**16/17 aprile 2016**

"All Sports"  
Centro Sportivo "Tenero"

**2/3 gennaio 2016 - Per adulti**

"Weekend sulla neve"  
Corso di sci per principianti  
e avanzati



## .. FARE SPORT IN UN CENTRO C.A.S. È...

<b>Divertimento</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E SENZA DIVERTIMENTO NON FACCIAMO NULLA
<b>Rispetto</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E I BIMBI NON SI FANNO LA GUERRA
<b>Fatica</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E LA FATICA NON CI SPAVENTA
<b>Crescita</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E DOBBIAMO ESSERE AIUTATI A DIVENTARE GRANDI
<b>Gioco</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E I BIMBI DEVONO GIOCARE
<b>Agonismo</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E PER NOI NON VINCE SOLO CHI ARRIVA PRIMO
<b>Impegno</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E VOGLIAMO IMPARARE
<b>Compagnia</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E I BIMBI STANNO BENE INSIEME
<b>Collaborazione</b>	PERCHÉ SIAMO BIMBI E INSIEME POSSIAMO FARE GRANDI COSE

### CENTRO SCI FONDO CUNARDO "BAITA del FONDISTA"

"La pista di sci a due passi dalla città"

15 minuti da Varese e Lugano, 30 minuti da Gallarate

- Pista Km. 7.5 - 5 - 3 con innevamento naturale omologata FIS
- Pista "Sole e Neve" Km. 2.5 con innevamento programmato e illuminazione
- Battitura meccanica tecnica libera e classica
- Spogliatoi maschili e femminili - Noleggio sci - Locale ristoro
- SCUOLA SCI con la possibilità di organizzare corsi collettivi
- per informazioni: Marco 345 5670945 - Luca 328 3234755
- Aperta tutti i giorni dalle ore 8.30 alle ore 17.30
- In notturna il Martedì e il Giovedì fino alle ore 22.00

Per informazioni: **Sci Club Cunardo** • via Bedero, 2 • 21035 CUNARDO (VA)  
Tel. 0332 990241 / 0332 716225 • Fax 0332 715626  
[www.sciclubcunardo.it](http://www.sciclubcunardo.it)

C.O.N.I.

F.I.S.I.

## Sci Club Cunardo

# SCI FONDO



Lo sport a misura di ragazzo  
Centro di Avviamento allo Sport

## STAGIONE 2015/2016