

DESCRIZIONE

I corsi di canoa per adulti (da 19 anni in su) sono corsi di 6 lezioni, per 2 ore di lezione ad incontro. I corsi sono per principianti e non sono richiesti requisiti d'ingresso eccetto una buona capacità natatoria.

ORARI DEI CORSI

I corsi programmati sono sempre consultabili sul sito www.amicidelfiume.it dove possono sempre essere consultati.

USCITE LIBERE POST-CORSO

Terminato il corso si ha accesso alle uscite libere attraverso cui è possibile continuare a perfezionare quanto appreso durante il corso. Le uscite possono essere effettuate senza l'ausilio dell'istruttore a proprio piacimento con l'unico vincolo che non è possibile uscire durante le ore di buio. Non c'è bisogno di prenotarsi per le uscite nè di pagare una quota per ogni uscita.

PALESTRA

A partire da ottobre fino a metà aprile, data l'ora e la temperatura due sere alla settimana (in orari stabiliti dalla segreteria è a disposizione la palestra (sempre con un istruttore a dirigere le attività).

ATTIVITA' POST CORSO

Sarà inoltre possibile unirsi al gruppo turismo presente al Circolo e frequentare successivamente corsi di livello superiore (Il livello, canadese, discesa, canoa polo, polinesiana, canoa velocità...).

QUOTA ASSOCIATIVA

La quota associativa comprende:

- corso di 6 lezioni (12 ore)
- uscite libere fino al 31 dicembre
- palestra da metà ottobre ad aprile (negli orari stabiliti)
- iscrizione al Circolo
- assicurazione

CONVENZIONI

E' previsto inoltre uno sconto del 15% per dipendenti di Comune e Provincia di Torino, Regione Piemonte, CRAL Arpa, CRAL Reale Mutua, ALAclub, dipendenti Sews Cabind, State Street Bank, Social Club, AEDAM, CEIP e dipendenti e iscritti degli atenei torinesi.

INDICAZIONE PRATICHE

Per la pratica della canoa non è richiesto abbigliamento particolare: in estate van bene pantaloncini corti e maglietta, in inverno una tuta. E' possibile parcheggiare nel parcheggio all'interno.

CERTIFICATO MEDICO E ISCRIZIONI

E' richiesto un certificato di sana e robusta costituzione. L'iscrizione può essere formalizzata di persona in segreteria o telematicamente scrivendo alla segreteria.



Tutti i corsi e le attività sono gestiti da esperti istruttori riconosciuti dalla FICK

CORSI DI CANOA

SEGRETERIA

Corso Moncalieri 18, 10131 - Torino
Orario: da lunedì a venerdì 16.00 - 20.00
tel: 0116604121 fax: 011 3584879

email: segreteria@amicidelfiume.it sito WWW.AMICIDELFIUME.IT