

## ORGANICO DELLA SCUOLA

Direttore: Gianpaolo Gavioli    INSFE  
Vice direttore: Gabriele Groppi    ISFE  
Segretari: Cristina Radaelli    ISFE  
                  Elisabetta Papetti    IS

Pietro Antoccia    ISFE    Athos Piazzi    ISFE  
Lisa Valente    ISFE    Emilio Alemani    IS  
Daniele Mattavelli    IS    Stefano Colombo    IS  
Franco Radice    IS

INSFE – Istruttore Nazionale Sci Fondo Escursionismo del C.A.I.

ISFE - Istruttore di Sci di Fondo Escursionismo del C.A.I.

IS - Istruttore Sezionale

### E DOPO IL CORSO.....CONTINUA A SCIARE CON NOI!

Puoi visualizzare sul sito

[WWW.EDELWEISSCAI.IT](http://WWW.EDELWEISSCAI.IT)

Il programma dettagliato delle attività sciistiche, stagione 2024/2025 organizzati dalla Commissione Sci di Fondo Escursionismo, nelle più belle località delle Alpi in Italia ed Europa.



Gli Istruttori della Scuola saranno sempre a vostra disposizione per fornire consigli utili ed accompagnarvi nelle gite giornaliere e nei week-end.

**RICHIEDI IL PROGRAMMA DETTAGLIATO**



Gruppo sciistico e alpinistico



Sottosezione C.A.I. Milano

Viale Umbria 126 – 20135 Milano

Tel. E fax 02-36589745

Email: [info@edelweisscai.it](mailto:info@edelweisscai.it) – sito web: [www.edelweisscai.it](http://www.edelweisscai.it)

## SCUOLA NAZIONALE DI SCI DI FONDO ESCURSIONISMO "GIANNI RIZZI"



**CORSI SCI FONDO ESCURSIONISMO  
(SFSE1 – SFE2)  
2024/2025**

## CORSI DI SCI DI FONDO ESCURSIONISMO 2024 - 2025

La Scuola Sci di Fondo escursionismo G. Rizzi Edelweiss organizza la 48<sup>a</sup> edizione dei Corsi SFSE1 e SFE2 rivolti a tutti coloro che vogliono iniziare un'attività sportiva salutare, adatta a persone di qualsiasi età e a coloro che, avendo già frequentato un Corso SFSE1, desiderino migliorare il proprio livello tecnico.

I corsi hanno come obiettivo l'insegnamento dei movimenti dello sci di fondo, portando gli allievi ad acquisire una maggiore padronanza delle proprie capacità nell'esecuzione dei vari passi dello sci di fondo e della tecnica di discesa.

Gli iscritti a corsi saranno seguiti e guidati da Istruttori di Sci di Fondo Escursionismo del C.A.I. qualificati sia sul piano didattico che sul piano tecnico. Si farà ricorso all'ausilio didattico di riprese video.

Sono ammessi anche i bambini di età non inferiore ai 6 anni, purchè accompagnati da un genitore o un familiare adulto.

### DIRETTORE DEI CORSI : M. Cristina Radaelli ISFE

Presentazione dei corsi : **Martedì 8 ottobre 2024 ore 20,45**

**Giovedì 24 ottobre 2024 ore 20,45**

Presso la sede G.S.A. EDELWEISS – Viale Umbria 126 – Milano

Il programma di ogni corso prevede: 4 lezioni teoriche, 2 uscite a secco e 6 lezioni pratiche sulla neve, come di seguito indicato

### LEZIONI TEORICHE

**5 novembre 2024:** Abbigliamento e attrezzatura

**12 novembre 2024 :** Alimentazione e pronto soccorso

**19 novembre 2024:** Neve e valanghe

**26 novembre 2024 :** Sciolinatura (teoria e pratica)

Le lezioni teoriche, fondamentali al pari di quelle pratiche, si terranno presso la sede di Viale Umbria 126 alle ore 20,45.

### USCITE A SECCO

**16 novembre 2024:** Topografia e prova pratica di orientamento – Parco Lambro

**23 novembre 2024:** Uscita a secco – Monte Stella

### USCITE SULLA NEVE

**Giornaliera 1 dicembre 2024:** Engadina

**Giornaliera 7 dicembre 2024:** Engadina

**Week end 14-15 dicembre 2024:** Engadina

**Giornaliera 11 gennaio 2025:** Grigioni

**Giornaliera 19 gennaio 2025:** Grigioni

**Data eventuale recupero 26.1.25**

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE :** Euro 420 per i Soci C.A.I e G.S.A. EDELWEISS  
Euro 440 per i non soci G.S.A. EDELWEISS  
(comprensivi dell'iscrizione G.S.A. EDELWEISS 2025)

La quota comprende:

- Uso gratuito dell'attrezzatura (Sci, bastoncini, scarpe)
- Ingresso piste
- Il trasporto bus come previsto
- Assicurazione infortuni
- ½ pensione in albergo per il week end
- Lezioni teoriche e pratiche come da programma

**Il pagamento potrà essere effettuato in un'unica soluzione oppure con un anticipo di Euro 100 da pagare all'atto dell'iscrizione ed il saldo entro il 511.24**

**Il pagamento potrà essere effettuato con POS in sede oppure con BB su conto intestato a**

**G.S.A. EDELWEISS A.P.S. SOTT. CAI IBAN IT35X0503401693000000003707**

Per partecipare al corso è richiesta l'iscrizione al CAI in corso di validità chi non è socio può iscriversi presso la nostra sottosezione a partire dal 1.11.24 l'iscrizione sarà valida dal 1.11.24 al 31.12.25 ed un certificato medico\*\* di idoneità fisica per attività sportiva NON agonistica.

### ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI:

- Presso la sede di Viale Umbria 126 nei giorni di apertura  
**Lunedì : dalle 17,30 alle 20**  
**Mercoledì: dalle 17,30 alle 22**
- **Telefonando: 02/36589745 (anche whatsapp) – 3387979930**
- **Email : [info@edelweisscai.it](mailto:info@edelweisscai.it)**

\*\*E' possibile effettuare la visita medica presso il CENTRO DI FISILOGIA SPORTIVA. Il centro rilascia certificati sportivi sia per attività non agonistica che per attività agonistica. Riceve solo su appuntamento ed i tempi di attesa sono di 15-20 giorni.

Per informazioni e prenotazioni

CENTRO DI FISILOGIA SPORTIVA – Viale Tunisia 15 (Piscina Cozzi) – 20124 Milano  
Tel 02/29003302 – email [segreteria@cfcozzi.it](mailto:segreteria@cfcozzi.it)

IL G.S.A. EDELWEISS è inoltre convenzionato con alcuni negozi di articoli sportivi per l'acquisto dei materiali necessari.