

Con il contributo di



FORMAZIONE 2022 riservato al territorio del Frignano

DRIVING EXPERIENCE IN MOUNTAIN BIKE

In collaborazione con



DAL 20 SETTEMBRE 2022



ISCRIVITI QUI

Caratteristiche del corso

Lezioni in presenza sul bellissimo territorio del Frignano.

Il corso si svolgerà nei martedì dei mesi di settembre e ottobre, con alternanza di momenti teorici e pratici

Le lezioni saranno gestite da Istruttori Nazionali accreditati dal Csi

In caso di necessità le date e gli orari potrebbero subire delle variazioni.

Programma

- **Martedì 20 settembre** - dalle 16.00 alle 18.30 - Lezione teorica in aula
Presentazione corso (ppt e filmati), nozioni su metodologia comportamentale e ambiente.
- **Martedì 27 settembre** - dalle 16.00 alle 18.30 - Lezione pratica
Uscita in Mtb/e-bike, esercizi pratici sui fondamentali (equilibrio e abilità) in campo aperto.
- **Martedì 04 ottobre** - dalle 16.00 alle 18.30 - Lezione pratica
Uscita in Mtb/e-bike, esercizi pratici (discesa e salita) in campo aperto.
- **Martedì 11 ottobre** - dalle 13.30 alle 18.30 - Escursione con pranzo al sacco
Uscita in Mtb/e-bike sul territorio del Frignano per mettere in pratica quanto appreso durante le precedenti lezioni.

Attestato di partecipazione

A tutti i partecipanti sarà rilasciato un attestato di partecipazione.

Costo e requisiti

- Il corso è gratuito per persone che risiedono o operano sul territorio dell'Unione dei Comuni del Frignano
- È richiesto Certificato medico per attività non agonistica
- Obbligatorio il casco da bici ai fini della sicurezza del corsista

INFO E CONTATTI

A.M.I. – SCUOLA NAZIONALE MAESTRI DI MOUNTAIN BIKE

Tel. +39 346 00 98 005 - info@amibike.it

CSI MODENA

formazione@csimodena.it