

2022

CORSI DI ARRAMPICATA ARDESIO

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
ELEMENTARI	16.00-17.00 17.00-18.00		16.00-17.00 17.00-18.00		
MEDIE	18.00-19.00		18.00-19.00		
SUPERIORI	19.00-20.30		19.00-20.30		
TRAINING ADULTI	19.00-20.30		19.00-20.30		
CORSO BASE					

ELEMENTARI e MEDIE

incontri dedicati ai bambini dai 5 ai 14 anni. Verrà fatta una suddivisione in base alla fascia d'età e alle capacità

ALLENAMENTO RAGAZZI

allenamenti dedicati ai ragazzi che arrampicano con regolarità e vogliono incrementare i loro allenamenti con incontri di perfezionamento e potenziamento. Possibilità di allenarsi con metodo con schede di allenamento e programmi personalizzati. Gli incontri verranno svolti da allenatori Federali tra cui Laureati in Scienze Motorie.

TRAINING ADULTI

allenamenti dedicati a ragazzi delle superiori ed adulti che arrampicano con regolarità e vogliono migliorare la tecnica e la performance sportiva. Verranno proposti allenamenti ad hoc con la possibilità di allenarsi in gruppo con metodo da allenatori Federali.



INFO

cell. 347 235 1001
ardesio@climberg.it



c/o PALESTRA CLIMBERG ARDESIO
Via I Maggio 10/A - Ardesio

CONTRIBUTI - ARDESIO

QUOTA SOCIALE 2022	€20
MATERNA-ELEMENTARI-MEDIE (lezioni di 1 ora)	
5 lezioni	€50
10 lezioni (2 volte a settimana)	€95
.	
NOLEGGIO SCARPETTE 5 lezioni	€10
10 lezioni	€20

CORSO ADULTI

5 incontri da 1,5 ore	€100
-----------------------	------

COME ISCRIVERSI?

Per prendere parte alle attività di ClimBerg ASD è necessario:

- Essere in regola con la quota sociale annuale ed essere tesserati alla FASI
- Presentare un certificato medico non agonistico con ECG o superiore
- Eseguire il saldo dei corsi prima dell'inizio delle attività
- Compilare il modulo di iscrizione ai corsi

CORSI ELEMENTARI E MEDIE

Ogni modulo è trimestrale, ma è possibile iscriversi direttamente anche per 6 mesi o per tutto l'anno

TRAINING RAGAZZI E ADULTI

Gli incontri si comprano a pacchetto e sono a consumo entro un range di tempo definito in base al numero degli incontri acquistati.

L'ATTREZZATURA?

ClimBerg ASD ti fornirà tutta l'attrezzatura necessaria

*servizio navetta attivo con un numero minimo di presenze. E' previsto un contributo extra per il servizio

