



**SQ\_MASTER**

Ciao, permettetemi una considerazione/spiegazione del perché di questo corso.

Il raggiungimento del brevetto di maestro ed allenatore di sci alpino e mtb da parte mia non è stato vissuto come un punto di arrivo, ma bensì come un punto di partenza per continuare ad evolvere la mia tecnica e l'approccio all'insegnamento, perché non si è mai finito di imparare.

Personalmente la mia stagione inizia appena dopo la chiusura della precedente, con una preparazione atletica ad ampio respiro, variando volutamente il più possibile con il preciso intento di migliorare la percezione di come si muove il mio corpo nello spazio e nel tempo, al fine di poter ottimizzare al meglio le risposte causa effetto. Questo unito al mio grande amore per questo sport e al piacere di trasmettere tramite l'insegnamento mi evolve, ampliando ogni anno il mio essere maestro/allenatore.

La mia volontà di strutturare corsi e non ore di lezione, parte proprio dal voler instaurare un approccio all'insegnamento dove per i più giovani il miglior modo di apprendere passa attraverso l'imitazione del gesto motorio, come diceva Leonardo Da Vinci "per capire bisogna vedere". Per un allievo più evoluto, che già possiede la consapevolezza dei movimenti del suo corpo, il punto cardine è fornire esercizi e ausili specifici così da amplificare la percezione e la consapevolezza del gesto tecnico, al fine di armonizzare il movimento nel suo insieme sviluppando la capacità di autocorrezione.

A seguire le date per la stagione 2021 del corso **SQ\_lab** patrocinato dallo Sci Club Scoiattoli del Rosa.

Sede delle attività è Macugnaga.

Corso Adulti

12 giornate per un totale di 48 ore

Ritrovo ore 8,30 lezione dalle 9 alle 13

Il corso si svolgerà i Sabati a partire dal mese di Gennaio, con le seguenti date

9/1/2021

16/1/2021

23/1/2021

30/1/2021

06/2/2021

13/2/2021

20/2/2021

27/2/2021

06/3/2021

13/3/2021

20/3/2021

27/3/2021

Le date potrebbero subire variazioni in funzione ad annullamento per condizioni avverse o altro. In tal caso le date verranno recuperate in coda al 27/3/2021

Il costo del corso è di 600 euro più il costo della tessera fisi.

**Info :**

