



USP-Unione Sportiva Pavullese
ASD affiliata al Centro Sportivo Italiano

Presenta:

XX Corso Junior Bike

Le lezioni saranno gestite da Istruttori certificati dalla
Scuola Nazionale Maestri di Mountain Bike



Corso MTB Junior (a partire dai 6 anni)

Con il **corso Junior**, oramai consolidato da ventennale esperienza, vogliamo fare scoprire ai ragazzi la bellezza del **Mountain Biking** trasmettendo loro i segreti per apprendere e/o migliorare la giusta **Tecnica di Guida**.

Il corso è rivolto ad una fascia di età che va dai 6 anni in poi; attueremo una **progressione didattica** distribuita sulla durata del corso suddividendo i partecipanti in **gruppi omogenei** utilizzando il nuovo **Campo Scuola** attrezzato e sicuro oltre ai pistini e sentieri preparati nei boschi del nostro comune.

Siamo promotori di uno stile di vita attivo e a contatto con la natura, che sia in grado di farci **divertire, rigenerarci e scoprire l'ambiente che ci circonda**.

La MTB è uno **sport sano** che sviluppa la coordinazione motoria e stimola la **socializzazione e l'aggregazione**. La scuola è di **"taglio" non agonistico** ma escursionistico: imparare per il piacere di girare insieme in **sicurezza**, non per arrivare primi e vincere, per il momento... questo è ciò che differenzia la nostra associazione dalle altre.

Sotto l'occhio attento degli **Istruttori di MTB iscritti all'albo Nazionale**, esercizi di tecnica e coordinazione si alterneranno a momenti di gioco caratterizzati da piccole sfide che aiutano a "tener duro" e a crescere.

Nel nostro **Campo Scuola**, in un ambiente che stimola la capacità di adattamento e di reazione alle circostanze, sperimenteranno esercizi sulle curve, l'equilibrio, le salite, le discese e lo sconnesso per poi applicarle sui sentieri e i pistini della zona.

NB: CASCO OBBLIGATORIO

Corso MTB Enduro (a partire dagli 11 anni)

Quanto sei disposto a crescere e ad alzare il livello?

Questa è la considerazione fondante alla base della specializzazione **"Enduro"**; allenamento alla pratica del Mountain Biking con le **tecniche intermedie ed avanzate** per una guida sicura su ogni tipo di terreno sconnesso: frenare in modo efficiente per mantenere la velocità in curva e nei tratti tecnici, usare il controllo della pressione per generare velocità, usare la rotazione per migliorare la fase di curva, distinguere la scelta della linea sicura veloce ed efficiente nella sezione tecnica, imparare varie manovre tra cui il Bunny Hop, il sollevamento della ruota anteriore e di quella posteriore.

Queste alcune peculiarità del corso Enduro senza disdegnare qualche "piccolo" salto....

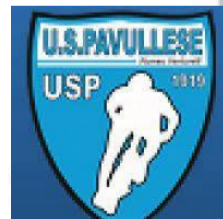
Obbligatori: Casco adatto alla disciplina, mascherina/occhiali, ginocchiere, bike biammortizzata, guanti.

NOVITA': Corso MTB Junior Baby (a partire dagli 3 anni)

La nostra nuova **Area Campo Scuola**, dotata di **pista Pump-Trak** e di una serie di attrezzature specifiche e dedicate ci permette di allargare l'accessibilità ai più piccini con l'utilizzo di **Balance-bike** (messe a disposizione dall'Associazione) adatte a sviluppare le abilità motorie e la sicurezza in Bici attraverso protocolli basati sul gioco e all'interno di una zona completamente recintata e sicura.

INFO E ISCRIZIONI:

www.uspavullese.com +39 347 6768630 Luca



TADDEI
Store & Service



GARMIN

MIDLAND
The World in Communication

SCHWALBE

MENABO

PROGRIP

POC

PROED
PRO UP YOUR PASSION

VAUDE

Insta360

northwave

EthicSport

VIFRA

MADE
by TURI/ANDA

DESARTICA
ADVENTURES

