

CORSO per "ACCOMPAGNATORI in MTB" 1 - 2 - 3 - 4 Marzo 2018

Organizzato dal Comitato UISP di Grosseto SdA Ciclismo, il corso si svolgerà ad Alberese presso il Parco Regionale della Maremma, un luogo esclusivo dove effettuare le ciclo- escursioni didattiche con Istruttori della scuola nazionale di MTB AMI-UISP mentre le lezioni teoriche verranno effettuate nella Sala Multimediale del Parco.

Istruzioni e Programma

Per iscriversi occorre:

- 1)** tessera UISP DirC ciclismo- **2)** Compilare la scheda di Richiesta di iscrizione - **3)** effettuare il versamento

Il costo di iscrizione al corso è di **360,00 Euro** e comprende: partecipazione alle 46 ore di lezioni del Corso, il materiale didattico e l'attivazione del brevetto nazionale UISP per Accompagnatore MTB, il kit della guida.

La quota va pagata c/o la **Segreteria del Comitato UISP di Grosseto**, **viale Europa 161** in orario d'ufficio oppure con bonifico bancario le cui coordinate possono essere richieste in segreteria o per e-mail all'indirizzo grosseto@uisp.it.

Allo stesso indirizzo va inoltrato il modulo di richiesta di iscrizione, copia del versamento e copia della tessera UISP ciclismo DirC entro la data di **chiusura delle iscrizioni** prevista per **lunedì 26 febbraio 2018**.

Sono escluse le spese di viaggio, di vitto e di alloggio, e tutto quanto non specificato.

Una volta perfezionata l'iscrizione sarà possibile prenotare pranzo - cena - pernottamento a prezzi convenzionati presso la struttura:

Agriturismo Biologico La Pulledraia del Podere Montegrappa Via del Molinaccio, 10, Parco della Maremma, Alberese, 58100 Grosseto GR - E-mail: prenotazioni@pulledraia.it tel: **0564 188 6110**

Descrizione del Corso

Le iscrizioni vengono accettate a numero chiuso stabilito per un numero min 12 e max 15 partecipanti. L'organizzazione si riserva di annullare il corso nel caso che non venga raggiunto il numero minimo, nel qual caso verranno restituite le somme versate per l'iscrizione al corso.

Calendario delle lezioni

Giovedì 1 marzo 2018

- **ASSOCIAZIONISMO:** La UISP, la sua Mission associativa e i suoi valori educativi, Aspetti giuridici - fiscali e amministrativi delle a.s.d.
- **MECCANICA** nozioni base su componenti della MTB settaggio e manutenzione;

Venerdì 2 marzo

- **PRIMO SOCCORSO** Relazioni di gruppo e sicurezza in situazioni di emergenza
- **FISIOLOGIA e ALIMENTAZIONE** Sani stili di vita e corretta alimentazione
- **Uscita in MTB TECNICA** di GUIDA nozioni di equipaggiamento e **CARTOGRAFIA GPS**
- **MECCANICA** Analisi dei componenti della MTB - Preparazione alla Verifica

Sabato 3 marzo

- **Uscita in MTB** con pranzo al sacco - **TECNICA** di GUIDA, Tecniche di **ALLENAMENTO**, relazioni e conduzioni di gruppi, metodologia e organizzazione, **MECCANICA**
- **Cartografia, GPS e Orientamento**
- **Proiezione video** riprese Studio sulla postura

Domenica 4 marzo

- Briefing, verifica e preparazione dei mezzi
- Esami, Test e Verifiche tecniche scritte e pratiche
- **NORME E SICUREZZA** Codice della strada tutela ambientale
- Riepilogo generale domande e puntualizzazioni - feedback - Cerimonia finale

Le lezioni avranno un orario giornaliero dalle 8 alle 20,30, con pausa pranzo dalle 13 alle 14,30. Nella parte delle giornate che vengono trascorse in sella alla mountain bike (sabato pranzo al sacco) vengono messi in pratica i settaggi del mezzo, le posizioni di guida; viene curata la tecnica di guida in tutte le condizioni: in salita, discesa, curva, superamento ostacoli, basate sul controllo del corpo e del mezzo, attraverso esercizi specifici. Si affrontano problematiche sulla conduzione di gruppi, si prosegue con la proiezione delle video-riprese registrate a scopo didattico nelle giornate e si affrontano tematiche inerenti alla professione dell'accompagnatore sportivo a confronto con la professionalità delle Guide Ambientali riconosciute dalla Regione Toscana.

ESAME FINALE

Una prova scritta, un esame orale e delle prove di abilità, sommate al punteggio sulla tecnica di guida accumulati giornalmente, determinano l'esito finale del corso. Ai partecipanti che avranno ottenuto il punteggio minimo previsto, verrà rilasciata la qualifica professionale C.O.N.I. / UISP AMI di Tecnico Nazionale - **Accompagnatore di Mountain bike.**

Frequentando il corso, si ottengono delle valutazioni con punteggi che devono raggiungere un valore di sufficienza stabilito in 225 pts.

Al fine di poter ottenere il diploma da "Accompagnatore Mtb", al partecipante che non ottiene un esito positivo, viene offerta una prova di recupero nello stesso anno (in seno ai futuri corsi per Accompagnatore di mtb) senza spese aggiuntive. Può scegliere di presentarsi la domenica mattina ad uno dei corsi per Accompagnatore di Mtb successivi oppure può recuperare affidandosi ad uno degli Istruttori Nazionali per un'uscita extra) indicati dalla segreteria del Comitato UISP di cui fa parte lo staff esaminatore. Sarà discrezione del Tecnico N.F., emettere un giudizio in positivo, così da abilitare l'interessato alla qualifica da "Accompagnatore Mtb". Se decide di recuperare l'anno successivo è necessario presentarsi all'appuntamento muniti della tessera associativa UISP valida per l'anno. Se non recupera entro due anni, il corso dovrà essere ripetuto per intero.

Equipaggiamento e documentazione:

- Tessera UISP ciclismo valida
- copia del versamento del contributo
- Non sono ammessi partecipanti con e-bike (pedalata assistita)
- mountain bike in perfetta efficienza con pneumatici da fuoristrada e freni con meno del 50% di usura e pneumatici adatti ad ogni condizione del terreno - casco omologato per uso ciclistico - guanti da bike - occhiali per uso sportivo adatti ad ogni condizione di luce - zaino, abbigliamento per ogni condizione meteo da portarsi durante le uscite pratiche - kit riparazione forature - 3 camere d'aria di scorta
- abbigliamento comodo per le lezioni in aula
- Info organizzative ed iscrizioni: **UISP Grosseto tel. 0564 417756** E-mail: **grosseto@uisp.it**
- Info sul corso: **333 2967530** Giovanni E-mail: **ciclismo.grosseto@uisp.it**