

JAM Session

Ski Academy
Network®
Tour Italia
2015

27 Corsi di sci super-intensivi di 3 giorni in 17 località Per sciatori dal livello medio in su

Il Tour Italia Jam Session

Il Tour Italia Jam Session offre la possibilità di partecipare a corsi super-intensivi di durata 3gg. in molte località italiane. Scegli le date e le località ed iscriviti sul sito: www.jamsessionskitour.it

I corsi Full Immersion Jam Session

I GIORNI: 3 giorni il lunedì/martedì/mercoledì oppure il giovedì/venerdì/sabato. I GRUPPI: min. 4 e max. 8 allievi.

GLI ORARI: 7+7+7 ore di lezione sul campo nei tre giorni; 3+3 ore di analisi video e approfondimenti tecnici in aula il primo e il secondo giorno.

Obiettivi e temi tecnici dei corsi

PER IL CAMPO LIBERO: Risvegliare destrezza e reattività, imparare i ritmi e non temere il corto-raggio; gestire la presa di spigolo ed il "pilotaggio"; capire la conduzione e quando/ come utilizzarla; saper visualizzare gli spazi; comprendere e saper gestire i movimenti fondamentali; imparare ad analizzare un video; auto-analisi tecnica.

PER L'AGONISMO: le ultime novità tecniche e tattiche dall'agonismo di alto livello. Nuovi materiali, traiettorie, profondità, tempismi esecutivi, solidità, equilibri e disequilibri, coraggio.

Ski Test HEAD: in ogni corso una giornata speciale con ski test della stessa categoria per tutti gli allievi di ogni gruppo, per sviluppare al meglio i temi tecnici del giorno.

Radio-guide Whisper: consigli e correzioni in diretta con il fantastico sistema di collegamento radio tra maestro e allievo - dotazione per tutti gli allievi e utilizzo giornaliero.

Il livello tecnico richiesto

— Minimo liv. 6 - scala Jam Session da 1 a 13

6. Sci paralleli su tutte le piste e capacità di concatenare curve di ampiezze diverse.

7. Cenni di conduzione (tracce tagliate) su piste facili.

8. Sequenze ritmiche di curve di ampiezze diverse, anche a raggio corto, su pendenze medie con buona padronanza di presa di spigolo, traiettoria e velocità 8.1; 8.2; 8.3 -> Livelli crescenti di abilità in riferimento a destrezza e conduzione.

9. Conduzione confermata anche a velocità medio-alte su pendenze medie.

10. Raggio corto con ritmi anche intensi su tutte le pendenze, buona destrezza.

11. Conduzione a velocità elevate e pendenze accentuate.

12. Elevata destrezza, rapidità, reattività su tutti i terreni e pendenze (anche su gobbe e fuori pista).

13. Conduzione su forti pendenze, destrezza in conduzione, sciata decisamente sportiva, brillante, atletica.

Per gli appassionati di Agonismo

A. Agonismo master di livello medio (oltre 150 punti o non punteggiato o agonista occasionale);

B. livello medioavanzato (100-150 punti);

C. livello avanzato (50-100 p.)

Quota di partecipazione

Euro 420 a persona (esclusi skipass ed eventuale soggiorno): 21 ore di lezione sul campo, 5-6 ore di lezione in aula (analisi video e approfondimenti tecnici nei giorni 1 e 2). Inoltre in omaggio: Una raccolta dei migliori articoli Check Point; il DVD "Imperdibili discese con gli sci"; il DVD "Presciistica"; 2 buoni sconto da 50 Euro per settimane di sci estivo full immersion Jam Session alle 2 Alpes.



In collaborazione con
HEAD
e
WhisperSPORT
experience in listening

- 1 **SESTRIERE (To)** 6-7-8/12; 12-13-14/1; 2-3-4/2; 19-20-21/3
- 2 **CLAVIERE/MONGINEVRO (To)** 15-16-17/12
- 3 **MADONNA DI CAMPIGLIO (Tn)** 12-13-14/12; 19-20-21/12; 27-28/2-1/3
- 4 **PIANCAVALLO (Pn)** 12-13-14/1
- 5 **PRATO NEVOSO (Cn)** 15-16-17/1; 19-20-21/1; 5-6-7/2
- 6 **ROCCARASO (Aq)** 19-20-21/1; 2-3-4/3
- 7 **ABETONE (Pt)** 15-16-17/1; 2-3-4/3
- 8 **PILA (Ao)** 22-23-24/1
- 9 **DOMOBIANCA (Vb)** 26-27-28/1
- 10 **LA POLSA/S.VALENTINO (Tn)** 2-3-4/2
- 11 **OVINDOLI (Aq)** 5-6-7/2; 5-6-7/3
- 12 **MADESIMO (So)** 12-13-14/3
- 13 **PONTE DI LEGNO (Bs)** 16-17-18/3
- 14 **BRUNCUSPINA (Nu)** da definire
- 15 **ETNA NORD (Ct)** da definire
- 16 **LES DEUX ALPES: JAM FRIENDS ①** 27-28-29/3
- 17 **CERVINIA: JAM FRIENDS ②** 30/4-1-2-3/5



Jam Session Ski Academy Network®

JAM
Session

Madonna di Campiglio
I.S.A.
INTERNATIONAL SKI ACADEMY

INTERNATIONAL SKI ACADEMY
S.I.S.



Informazioni e iscrizioni:
www.jamsessionskitour.it — info@jamsessionskitour.it

Tel. 335/662.96.90

Staff Jam Session:

Maestri, Allenatori Federali, Istruttori Nazionali italiani



HEAD®

WhisperSPORT
experience in listening

LAGRANDENEVE.TV

SCIARE

HEY
www.heysport.it

EB
RACING.IT