

## Condizioni d'ammissione alla formazione di base e modulo touring / acque vive di canoismo

Chi vuole condurre un gruppo o insegnare sull'acqua deve disporre di capacità personali sufficienti nonché di un'esperienza specifica. Pertanto l'accesso ai vari livelli della formazione è vincolato a determinate condizioni d'ammissione:

	Corso monitori	Modulo touring	Modulo acque vive
<b>Tecnica</b>			
Pagaiare	Figura test per kajak slalom (dettagli v. pag. 2): uomini U40: 77 sec donne U40: 85 sec uomini 40+: 85 sec donne 40+: 90 sec		
Spinta	1000 m kajak da regata <sup>1</sup>		
Eskimo	3 svoltamenti in rapida successione con pagaia in acque calme	Inoltre sicurezza nella manovra eskimo sotto corrente	Inoltre sicurezza nella manovra eskimo in acque vive e eskimo con pagaia sinistra e destra più variante <sup>2</sup>
<b>Esperienza</b>			
In acqua	Esperienza su 3 tipi di acque negli ultimi anni fra cui: - almeno una discesa autonoma (pianificata, organizzata e svolta autonomamente) - almeno due acque naturali (cioè non percorsi artificiali di acque vive) - un percorso di acqua in situazioni completamente diverse (ad es. livello dell'acqua) - un percorso almeno acque vive II		
Dirigere/insegnare	Prima esperienza come assistente nell'allenamento/campo/corso	- due percorsi almeno acque vive III in percorsi fino ad acque vive II	- due percorsi almeno acque vive IV in percorsi > acque vive II
Competizione	Almeno due partecipazioni personali a competizioni di canoismo		
<b>Altro</b>			
BLS-AED	Brevetto BLS-AED valido (ad es. della SSS oppure FSS)		

Le condizioni di ammissione vanno presentate insieme all'iscrizione al corso per istruttori e al modulo touring / acque vive tramite un foglio di ammissione, confermato da un istruttore di canoa G+S o da un esperto.

Per chi ha superato con successo il corso monitori G+S oppure i susseguenti moduli di perfezionamento touring o acque vive valgono le seguenti condizioni di abilitazione per insegnare a dei gruppi:

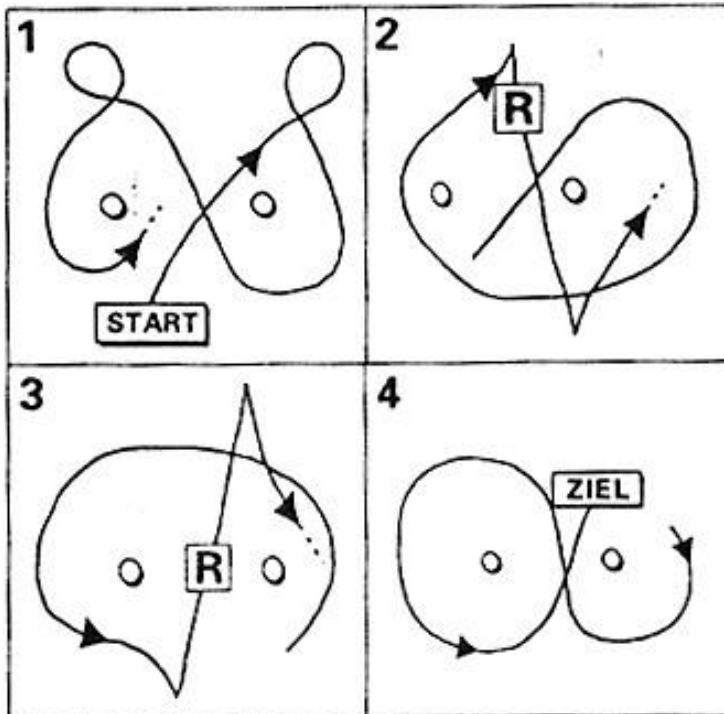
<b>Abilitazione</b>			
Livello monitore	Monitore G+S	Con aggiunta «Touring»	Con aggiunta «Acque vive»
Abilitazione	Aqua calma 2	Fino acque vive II	> Acque vive II

<sup>1</sup> Pagaiare comodamente in acque calme senza appoggiarsi

<sup>2</sup> ad es. all'indietro, con le mani, freestyle, ecc.

## Manovra d'esame

Compito: eseguire la manovra entro un determinato limite di tempo (le manovre parziali 1-4 vanno concatenate con fluidità)



### Acque

Acque calme

### Distanza fra i paletti

2.5 m, la punta dei paletti è immersa per 2 cm

### Cronometraggio

Inizio e fine: al momento in cui si passa il traguardo con il corpo

### Imbarcazione

Kajak da slalom (almeno 3.5 metri)

### Valutazione

- Tempo di percorrenza in secondi + secondi di penalità = tempo totale
- Secondi di penalità: 5 secondi di penalità per ogni paletto sfiorato