

JAM Session

Ski Academy
Network®

Tour Italia 2013



Corsi di sci super-intensivi di 3 giorni in 15 località

■ Riservati a sciatori
dal livello medio in su

Piancavallo (PN): 10-11-12/1;
Abetone (PT): 14-15-16/1;
Sarnano-Sassotetto (MC): 17-18-19/1;
Roccaraso (AQ): 21-22-23/1;
Ovindoli (AQ): 24-25-26/1;
Sestriere (TO): 28-29-30/1;
Pila (AO): 31/1-1-2/2;
Madonna di Campiglio (TN): 3-4-5-6-7-8/2;
Linguaglossa-Etna Nord (CT): 11-12-13/2;
Fonni-Bruncuspina (NU): 16-17-18/2;

Passo Lanciano (CH): 21-22-23/2;
Roccaraso (AQ): 25-26-27/2;
Sarnano-Sassotetto (MC): 25-26-27/2;
Ovindoli (AQ): 28/2-1-2/3
Prato Nevoso (CN): 4-5-6/3;
Sestriere (TO): 7-8-9/3;
Madesimo (SO): 11-12-13/3;
Ponte di Legno (BS): 14-15-16/3;
**Les 2 Alpes (Francia): 24-25-26-27-28/4
Full Immersion - Jam Friends Meeting**

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 la località preferita ed inoltra la Tua richiesta a: checkpoint@jamsession.it oppure valerio@jamsession.it – tel. 335/662.96.90

I corsi Full Immersion Jam Session

I GIORNI: 3 giorni il lunedì/martedì/mercoledì o il giovedì/venerdì/sabato.

I GRUPPI: min. 4 e max. 8 allievi.

GLI ORARI: 7+7+7 ore di lezione sul campo, ogni giorno dall'apertura impianti fino alle 15,30-16,00; dalle 16,30 alle 19,30 i primi due giorni, analisi video, approfondimenti tecnici, domande e risposte.

Il 3° giorno termine del corso alle h. 16 (solo lavoro sul campo).

IL RITROVO DEL 1° GIORNO: h. 8,15 presso la partenza degli impianti (sarà specificato quali per ogni località).

GLI HOTEL: l'eventuale soggiorno in hotel è a libera scelta degli allievi. Per ogni località verrà comunque segnalato l'hotel di riferimento in cui alloggia lo staff e presso il quale si svolgeranno le lezioni pomeridiane.

Obiettivi e temi tecnici dei corsi

PER IL CAMPO LIBERO: Saper visualizzare gli spazi. Risvegliare destrezza e reattività, imparare i ritmi e non temere il corto-raggio, comprendere e saper gestire i movimenti fondamentali (quelli che stanno alla base di un gesto efficace), gestire la presa di spigolo ed il "pilotaggio", capire la conduzione e quando/come utilizzarla. Imparare ad analizzare un video. Metodo di auto analisi.

PER L'AGONISMO: esterno che corre, gestione rotazioni-torsioni, solidità, traiettorie, profondità e tempismi: le ultime novità tecniche e tattiche dall'agonismo di alto livello;

Il livello tecnico richiesto

A partire dal livello medio, da specificare in base alle seguenti descrizioni: a,b,c,d... e) sci paralleli dappertutto; f) conduzione su piste facili; g1) sequenze ritmiche varie ampiezze, con disinvoltura su tutte le piste; g2) sciata decisamente sicura e reattiva anche su nevi ghiacciate o difficili e su ogni pendenza h) g2+ conduzione anche su pendenze accentuate, sciata sportiva, brillante corto raggio; i) agonismo master livello medio (oltre 150 punti); l) livello medio-avanzato (100-150 punti); m) buon livello (50-100 punti); n) attività giovanile in corso presso sci club (specificare categoria).

Quota di partecipazione

La quota di partecipazione al corso di 3 giorni è di Euro 390 a persona (esclusi skipass ed eventuale soggiorno) e comprende: **21 ore di lezione sul campo, 5-6 ore di lezione in aula (analisi video e approfondimenti tecnici nei giorni 1 e 2).**

Inoltre: dvd didattico Check Point; pw per accesso in JamTV ai filmati girati al corso; omaggio DVD "Imperdibili discese con gli sci"; Omaggio DVD "Presciistica"; 2 buoni sconto da 50 Euro (non cumulabili) per settimane sci estivo full immersion Jam Session alle 2 Alpes; prezzo speciale di Euro 40 per eventuali richieste di video con analisi tecniche personalizzate (anziché Euro 70).

DATI RICHIESTI PER ISCRIZIONE: Nome Cognome, Età, Indirizzo, codice fiscale, e-mail, telefono fisso e cellulare, livello tecnico, località, date.

È richiesta caparra confirmatoria a mezzo bonifico di Euro 100 a persona entro 7 giorni dalla conferma di partecipazione – Saldo: in contanti in loco all'inizio del corso o a mezzo bonifico almeno 5 giorni prima dell'inizio dei corsi alle seguenti coordinate bancarie: **Banco di Credito P. Azzoaglio – Ag. Di Millesimo (SV) – Jam Session srl – cc. 12299 IBAN IT77 E034 2549 4400 0000 0012 299 – Importo: Euro 100 – Causale: Corso di sci (indicare nome e cognome, località e date); oppure: Importo: Euro 290 – Causale: Saldo Corso di sci (indicare nome e cognome, località e date).**

Jam Session
Ski Academy
Network®

JAM
Session

Giorgio Rocca
Ski Academy

Madonna di Campiglio
Ski Area
I.S.A.
Italian Style Academy



Informazioni e iscrizioni:
checkpoint@jamsession.it
valerio@jamsession.it

335/662.96.90
www.jamsession.it

Staff Jam Session: Maestri, Allenatori
Federali, Istruttori Nazionali italiani



Sono partner di Jam Session

LAGRANDENEVE.TV

Maggiore

SCIARE

WEST SCOUT



NORDICA



Informazioni e iscrizioni:
checkpoint@jamsession.it
valerio@jamsession.it
tel. 335/6629690