



**Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada



ECAM
ESCOLA CATALANA
D'ALTA MUNTANYA
F.E.E.C

MARXA NÒRDICA

del 15 al 17 de juliol

JULIOL

CURS SUBVENCIONAT PER LA FEED

Dia 15: Presentació del curs i classe teòrica de 19 h a 21 h a la seu de l'entitat.

- 50€ amb llicència
- 60€ sense llicència (més llicència temporal)

Dia 16 : Sessió teòrica/pràctica de 9 h a 13 h.

Dia 17: Sessió teòrica/pràctica de 9 h a 13 h.

OBJECTIUS DEL CURS

Dotar a l'alumne d'uns coneixements i d'unes capacitats que li permetin identificar els beneficis de la marxa nòrdica a partir d'una correcta execució tècnica: alineació i coordinació corporal amb la incorporació de l'ús actiu d'uns bastons dissenyats especialment per a la impulsió.

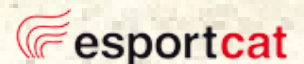
Organitza



CLUB
EXCURSIONISTA
PICA D'ESTATS



Generalitat de Catalunya





**Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada



ECAM
ESCOLA CATALANA
D'ALTA MUNTANYA
F.E.E.C

CLUB EXCURSIONISTA PICA D'ESTATS

**C/ Duran i Bas 16, baixos 1a - 08002 Barcelona
cepicadestats@gmail.com**

La direcció del curs podrà modificar el programa si les condicions meteorològiques ho aconsellen.

L'equip docent es reserva el dret d'excloure del curs qualsevol alumne que demostrï desinterès, manca de capacitat, o incompliment de normes.

El participant assumeix doncs els possibles riscos que això comporta i es compromet a seguir les instruccions que en cada moment se li doni per part del professorat.

Els viatges i els àpats aniran per compte de l'alumne.

Inscripcions: cepicadestats@gmail.com

- Cal disposar de llicència federativa FEEC-2022 adient a l'especialitat o tramitar la llicència temporal pels dies de pràctiques..
- Omplir el full d'inscripció i el TEST 1 (facilitat per l'entitat).
- Edat mínima 18 anys.

*El mínim serà de 8 alumnes amb un màxim de 16. Els alumnes han de ser múltiples de 8.