



## **CUS MILANO - SEZIONE CANOA**

### **SCUOLA DI CANOA KAYAK DAL 1975**



## **TESSERAMENTO CUS MILANO SEZIONE CANOA - 2023/2024**

Impara la tecnica della canoa e partecipa a tutte le nostre iniziative! Potrai frequentare la nostra scuola presso la bellissima sede dell'idroscalo, usufruendo, a seconda dell'opzione prescelta, delle barche sociali e della palestra. Potrai partecipare ad escursioni su fiumi, mari e laghi. Potrai utilizzare un posto di ricovero per la tua canoa personale.

Potrai decidere se diventare tesserato scegliendo fra un ampio ventaglio di proposte, oppure, previo parere positivo dello Staff tecnico, entrare a far parte della squadra agonistica e partecipare alle gare del tuo livello. Il CUS Milano Canoa è una sezione del CUS Milano stesso ed è affiliata alla Federazione Italiana Canoa Kayak.

E' indispensabile saper nuotare e presentare il certificato medico idoneo all'attività da svolgere (amatoriale/agonistica).

### **Modalità di iscrizione**

#### Documentazione richiesta:

- modulo di tesseramento (se il tesserato è minorenne, il modulo deve essere firmato da un genitore).
- certificato medico per attività sportiva non agonistica con dichiarazione di presa visione del referto ECG valido per l'anno in corso per gli AMATORI
- certificato di idoneità all'attività agonistica per gli atleti AGONISTI
- copia dell'avvenuto pagamento della quota prevista per l'attività scelta

#### Versamento della quota

- bonifico bancario. Beneficiario CUS MILANO ASD – Segrate Milano IBAN: IT44M0306909400615221949864 Causale: Tesseramento e Attività scelta (es. CORSO BASE / CORSO ANNUALE CANOA/ AMATORE/AGONISTA CANOA) + nome e cognome
- pagamento mediante Bancomat, Carta di credito, assegno o contante presso la segreteria del PalaCUS.

Le nuove iscrizioni possono essere effettuate in qualsiasi momento dell'anno.

L'anno sociale corrisponde all'anno accademico e va dal 1° settembre al 31 agosto.

Il nuovo Tesserato/corsista, se inizia a stagione inoltrata, otterrà un credito da scontare sul successivo rinnovo. Al primo rinnovo beneficerà dello sconto dei mesi non goduti.

Tutte le tessere CUS Milano Canoa scadono il 31 Agosto e di conseguenza anche le relative assicurazioni scadono nella stessa data.

Il mancato rinnovo della tessera CUS Milano Canoa dal 1° settembre comporta la perdita del diritto ad utilizzare le strutture e le attrezzature del PalaCUS Idroscalo, nonché ad effettuare allenamenti e gare in nome del CUS Milano stesso.

Il rinnovo eseguito in ritardo non esenta il tesserato dal pagare l'intera annualità, dedotto l'eventuale sconto.

Si dà per letto, inteso e accettato il REGOLAMENTO DEL CUS MILANO e quello della SEZIONE DI CANOA.

## CUS Milano Sezione Canoa - LISTINO QUOTE E SERVIZI 2023/2024

CORSI E TESSERAMENTO	DESCRIZIONE	QUOTA 23/24 Tesseramento FISU e FICK 20€	Quota palestra stabilita dal CUS sconto canoisti (da perfezionare in segreteria generale)
<p><b>Tesseramento Agonista - annuale</b></p> <p>La quota comprende l'uso del materiale (canoa, dragon boat, pagaia, giubbotto salvagente), allenatori e istruttori FICK, il costo dell'assicurazione, il tesseramento al CUS, l'iscrizione alla FICK come agonista, n°1 posto barca all'esterno fino ad esaurimento, parcheggio interno.</p> <p>Partecipazione a gare federali Regionale, Nazionale e Internazionale.</p>	<p>Attività agonistica rivolta alle discipline velocità, discesa, maratona, canoa Polo, slalom, Sup ,paracanoa e Dragon boat</p>	<p>Universitari: <b>20€ + 200€</b></p> <p>Dipendenti Universitarie loro familiari: <b>20€ + 300€</b></p> <p>8/13 anni compiuti: <b>20€ + 300€</b></p>	
<p><b>Tesseramento Amatore - annuale</b></p> <p>La quota comprende l'uso del materiale (canoa, sup, dragon boat, pagaia, giubbotto salvagente), posto barca all'esterno fino ad esaurimento, assicurazione, iscrizione alla FICK come amatore, parcheggio interno.</p>	<p>Per il tesseramento amatore occorre aver frequentato almeno un corso base o dimostrare la capacità dell'utilizzo della canoa in sicurezza</p>	<p>14/23 anni compiuti: <b>20€ + 400€</b></p>	<b>140 €</b>
<p><b>Corso di canoa kayak - annuale</b></p> <p><b>Maggiorenni</b> : N°3 lezioni a settimana da settembre a ottobre e da aprile a luglio e una lezione da novembre a marzo al sabato mattina.</p> <p><b>Minorenni</b>: N.3 lezioni a settimana da settembre ad luglio.</p> <p>Il corso è tenuto da Istruttori FICK.</p> <p>La quota comprende l'uso del materiale (canoa, pagaia, giubbotto salvagente), il costo dell'assicurazione, il tesseramento al CUS, l'iscrizione alla FICK, parcheggio interno.</p> <p>Rapporto Istruttore/Allievo 1:10 max.</p>	<p>Il programma comprende una formazione finalizzata all'apprendimento di tutte le tecniche inerenti la pratica del Kayak.</p> <p>Percorso propedeutico all'attività agonistica e amatoriale.</p>	<p>Over 23: <b>20€ + 500€</b></p> <p>Famiglia(due componenti): <b>20€ + 700€</b></p> <p>Famiglia (da tre componenti): <b>20€ + 950€</b></p>	

CORSI E TESSERAMENTO	DESCRIZIONE	QUOTA 23/24 Tesseramento FISU e FICK 20€	Quota palestra stabilita dal CUS sconto canoisti(da perfezionare in segreteria generale)
<p><b>Corso Dragon Boat – Annuale</b></p> <p>2 volte alla settimana in accordo con l'istruttore .</p> <p>La quota comprende l'uso del materiale (Dragon boat, pagaia, giubbotto salvagente), il costo dell'assicurazione e l'iscrizione al CUS Milano.</p>	<p>Adatto dai 14 anni, sia a esperti che vogliono mantenersi in forma con una attività di squadra che per principianti .</p> <p>Obiettivi del corso: creare una squadra per partecipare a manifestazioni del calendario gare italiano e internazionale.</p>	<p>Universitari e Under 18: <b>20€ + 200 €</b></p> <p>Non Universitari: <b>20€ + 250 €</b></p>	<p><b>140 €</b></p>
<p><b>Corso di canoa kayak o sup - base</b></p> <p>N°8 lezione da 90 minuti, frequenza mono e bisettimanale da marzo a ottobre.</p> <p>Il corso è tenuto da Istruttori FICK.</p> <p>La quota comprende l'uso del materiale (canoa, pagaia, giubbotto salvagente), il costo dell'assicurazione e l'iscrizione al CUS Milano.</p> <p>N° min. di partecipanti 5</p> <p>Rapporto Istruttore/Allievo 1:10 max.</p>	<p>Per chi non ha nessuna esperienza canoistica e vuole rendersi autonomo nella conduzione della canoa e sup.</p> <p>Obiettivi del corso: - conduzione della canoa/kayak/sup in acqua ferma; - apprendimento delle manovre di base con l'uso della pagaia; - apprendimento delle manovre di base d'autosoccorso.</p>	<p>Universitari: <b>20€ + 70€</b></p> <p>Non Universitari: <b>20€ + 120€</b></p>	
<p><b>Corso di eskimo</b></p> <p>N°4 lezioni monosettimanali</p> <p>N° min. di partecipanti 5</p> <p>Rapporto Istruttore/Allievo 1:10 max.</p>	<p>Imparare la tecnica per riportare in assetto normale un kayak dopo un ribaltamento.</p>	<p>Universitari: <b>20€ + 60€</b></p> <p>Non Universitari: <b>20€ + 90€</b></p>	
<p><b>Corso Canoa Polo</b></p> <p>N° 70 lezioni bisettimanale ( anno scolastico )</p> <p>N° min. Partecipanti 10</p>	<p>Per i ragazzi dai 12 ai 16 anni, vari livelli, propedeutico al gioco di squadra con l' obiettivo di partecipare al campionato di settore.</p>	<p><b>20€ + 650€</b></p>	

SERVIZI	DESCRIZIONE	QUOTA
Kit abbigliamento e materiale tecnico per l'atleta	TUTA – POLO – CANOTTA - T-SHIRT GARA -MAGLIA TERMICA – PANTALONCINI –BOMBER – BORSA personalizzati della Sezione Canoa.	<b>190€</b>
Posto barca esterno con o senza tettoia assegnato dopo richiesta dell'interessato e a discrezionalità del Responsabile della Sezione.		<b>100€</b>
Posto barca nel magazzino interno assegnato dopo richiesta dell'interessato e a discrezionalità del Responsabile della Sezione.		<b>150€</b>
Gite in giornata sul fiume N° min. di partecipanti 7.  La quota comprende l'uso del materiale (canoa, pagaia, giubbotto salvagente), trasferimento in pulmino fino ad esaurimento posti.	Escursioni guidate sul fiume Adda.	<b>30€</b>
N° 1 Posto barca scoperto assegnato dal Responsabile della Sezione Canoa. Valido solo per tessere Amatori ed Agonisti e comunque fino ad esaurimento posti. Sono esclusi i tesseramenti gratuiti o scontati.		<b>Gratis</b>
Utilizzo Parcheggio interno non custodito e senza assunzione di responsabilità alcuna per danni o furti da parte del CUS Milano, escluso i partecipanti ai corsi base. (cauzione badge: 15€)		<b>Gratis</b>
Campi estivi Palacus	Attività sportive multidisciplinari, laboratorio di educazione ambientale, rivolta ai ragazzi dai 8 ai 14 anni	<b>Da definire</b>
Campi avventura	Campus giovanile outdoor, con la collaborazione di altre Società sportive. Attività ludico/sportive, canoa, trekking, escursioni naturalistiche.	<b>Da definire</b>