



## Condizioni d'ammissione alla formazione dei monitori 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 kayak slalom (dettagli v. pag. 2): uomini U40: 77 sec donne U40: 85 sec uomini 40+: 85 sec donne 40+: 90 sec	uomini U40: 71 sec donne U40: 79 sec uomini 40+: 79 sec donne 40+: 84 sec	uomini U40: 65 sec donne U40: 73 sec uomini 40+: 73 sec donne 40+: 78 sec		
Spinta	1000 m wavehopper <sup>1</sup>	1000 m kayak da discesa <sup>1</sup>	1000 m kayak da regata <sup>1</sup> wavehopper acque vive II		
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			- due percorsi almeno acque vive III	- due percorsi almeno acque vive IV
Dirigere/insegnare	Prima esperienza come assistente nell'allenamento/campo/corso			in percorsi fino ad acque vive II	in percorsi > acque vive II
Competizione	Almeno due partecipazioni personali a competizioni di canoismo				in percorsi > acque vive II
<b>Altro</b>					
CPR	Brevetto CPS valido oppure BLS-AED (ad es. della SSS oppure FSS)				

Le condizioni d'ammissione vanno inoltrate 10 giorni prima del corso monitori con l'apposito formulario d'ammissione convalidato da un monitore o da un esperto G+S di canoismo. Per accedere ai moduli touring e acque vive è richiesta anche la nota di raccomandazione espressa nella qualificazione del corso monitori.

Raccomandazione dal corso monitori	Nota 3	Nota 4
------------------------------------	--------	--------

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:

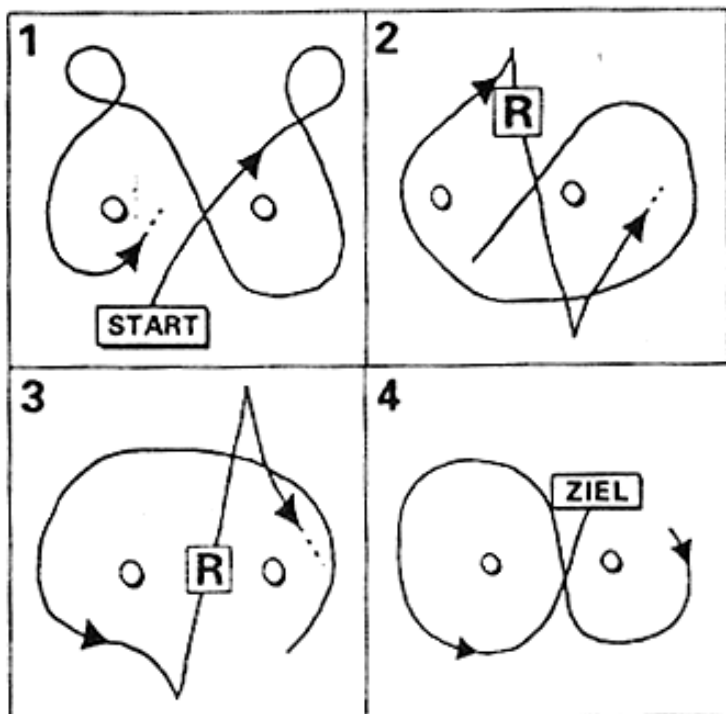
<b>Abilitazione</b>			
Livello monitore	Monitore G+S	Con aggiunta «Touring»	Con aggiunta «Acque vive»
Abilitazione	Lago	Fino acque vive II	> Acque vive II

<sup>1</sup> Pagaia 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