

IMPARA
CON NOI

PERFEZIONAMENTO IN KAYAK CON CANOAVERDE APS

Il Rolling (Eskimo)

Il corso - per 1 o 2 allievi - è dedicato al di raddrizzamento per chi ha già confidenza con le manovre in kayak e buona acquaticità

Il **corso di rolling** - individuale o per un massimo di 2 persone - si tiene nel Porticciolo di Nervi e nelle immediate vicinanze, con il supporto logistico della sede di **CANOAVERDE**.

Viene insegnata la tecnica del **rolling** con la pagaia groenlandese e il kayak da mare, a partire dal **balance brace** fino all'**eskimo** completo e al rientro da **eskimo**.

Sono proposti anche esercizi con la pagaia europea.



Nelle fotografie a sinistra una sequenza della manovra di rolling con seakayak.

Sopra e sotto, invece la fase del balance brace sempre con kayak da mare e pagaia di tipo groenlandese



Il **costo è di 40 euro** all'ora a persona fino all'esecuzione in modo agile del **rolling** o fino al raggiungimento degli obiettivi superiori che si pone l'allievo.

Per la partecipazione sono richieste buona confidenza con le manovre e ottima acquaticità. Alla fine del corso, i soci di **CANOAVERDE APS** possono sottoscrivere con uno sconto del 50% il "**fondo canoa**" (utilizzo di kayak e attrezzatura sociale fino al 31 marzo successivo, senza limiti di tempo e orario).

Contattaci scrivendo a canoaverde@canoaverde.org



CANOAVERDE APS

www.canoaverde.org / canoaverde@canoaverde.org * Porticciolo di Nervi - via Ganduccio, 2r - 16167 GENOVA