

Πλαίσιο Λειτουργίας Ακαδημίας Σκι ΕΟΣ Αθηνών 2011

Απευθύνεται: Η Ακαδημία απευθύνεται σε παιδιά οικογενειών που ενδιαφέρονται να ακολουθήσουν Χιονοδρομική Αθλητική σταδιοδρομία

Φιλοσοφία: Διαμόρφωση χιονοδρόμων και αγωνιστικών χαρακτήρων υπό υγιείς και ασφαλείς προϋποθέσεις, εξοικείωση με την φύση, εξερεύνηση όλης της έκτασης των 3 Χιονοδρομικών κέντρων Παρνασσού και την γεωγραφική και ιστορική περιαγωγή των όμορων Όρεων Παρνασσού.

Σκοπός: Διδασχία του γνωστικού αντικειμένου της χιονοδρομίας καταβάσεων σε **Παιδιά 9 έως 11 ετών** με μεθοδολογία από το επίπεδο 2 (στεμ) έως και το αγωνιστικό (σκι σε όλες τις πίστες, εκτός πιστών, όλα τα χιόνια και προπόνηση σε πόρτες). Συμμετοχή στα κριτήρια επιλογής αθλητών της ΕΟΧ για παιδιά 10 ετών που το επιθυμούν (Γεννηθέντες το 2000). Συμμετοχή στον παιδικό αγώνα παιχνίδι της ΕΟΧ για παιδιά 9 ετών που το επιθυμούν.

Μέγιστος αριθμός παιδιών 10 (εξαρτάται από την ηλικία και το επίπεδο).

Για τα **Παιδιά 6, 7 και 8 ετών** από το επίπεδο snow plow (να στρίβουν και σταματάνε, και να μπορούν να πάρουν το πιατάκι) διδασχία του γνωστικού αντικειμένου της χιονοδρομίας καταβάσεων με μεθοδολογία που θα τους φέρει να μπορούν να κάνουν καλό σκι σε όλες τις πίστες και στην εισαγωγή σε πόρτες (αγωνιστικό στίβο). Εδώ τα παιδιά μπορούν να δηλώσουν ημέρα (Σάββατο ή Κυριακή)

Μέγιστος αριθμός παιδιών 6 (εξαρτάται από την ηλικία και το επίπεδο).

Για παιδιά **5, 6 και 7 ετών, αρχάρια**, γίνεται **επέκτασης της Ακαδημίας και δημιουργείται καινούργιο τμήμα** όπου η διδασχία του γνωστικού αντικειμένου της χιονοδρομίας καταβάσεων γίνεται με παιγνιώδεις μορφές εκπαίδευσης με στόχο να μπορούν εντός έτους να πάρουν συρόμενους αναβατήρες και να κάνουν σκι μέχρι και σε κόκκινες πίστες.

Μέγιστος αριθμός παιδιών 6

Τόπος: Χιονοδρομικά κέντρα Παρνασσού, κατά προτίμηση Φτερόλακκα

Διάρκεια: 10 Σάββατα και Κυριακές (για τα **παιδιά 9, 10 και 11 ετών**) σε περιθώριο 13 ΣΚ (πρόβλεψη φυσικών φαινομένων), από 15/01/11 έως 9/04/11.

10 Σάββατα ή Κυριακές (για τα **παιδιά 5, 6, 7 και 8 ετών**).

Υπάρχει δυνατότητα επέκτασης ημερών με πρόσθετη επιβάρυνση.

Ωράριο:

- 08:30 συνάντηση στο καφέ εστιατόριο Φτερόλακκας 1860μ ή καταφύγιο ΕΟΣ Αθηνών Φτερόλακκα 1640μ αν δεν είναι ανοιχτός ο δρόμος
- 09:00 εκκίνηση μαθημάτων - προπόνησης
- 12:30 Διάλειμμα (όλοι μαζί)
- 13:30 Περιήγηση στα υπόλοιπα κέντρα Παρνασσού εντός και εκτός πιστών
- 15:30 τέλος προπόνησης

Κόστος: - 550 Ευρώ το παιδί για 120 ώρες χιονοδρομικής απασχόλησης για τα **παιδιά 9, 10 και 11 ετών.**

- 300 Ευρώ το παιδί για 60 ώρες χιονοδρομικής απασχόλησης για τα **παιδιά 5, 6, 7 και 8 ετών.**

Έκπτωση 10% για οικογένειες με **2 παιδιά στην Ακαδημία** (Το 1^ο παιδί πληρώνει ακέραιο το ποσό και το 2^ο έχει έκπτωση 10%)

Έκπτωση 20% για οικογένειες με **3 παιδιά στην Ακαδημία** (Το 1^ο παιδί πληρώνει ακέραιο το ποσό, το 2^ο έχει έκπτωση 10% και το 3^ο παιδί έχει έκπτωση 20%)

Μεταφορά: Ευθύνη οικογένειας, προσέλευσης και αναχώρησης (δεν είναι απαραίτητη η παραμονή της οικογένειας στο κέντρο, τα παιδιά πλαισιώνονται από τις προπονήτριες τους καθ' όλη την διάρκεια της ημέρας)

Γεύμα: Ευθύνη οικογένειας ως προς τα χρήματα ή την προετοιμασία ελαφριού μεσημεριανού γεύματος νερού ή και χυμού (όχι ως προς την συνοδεία ή φύλαξη). Ο Σύλλογος οργανώνει εκπαιδευτικό Μενού από το εστιατόριο της Φτερόλακκας.

Εξοπλισμός: Ευθύνη οικογένειας, μπότες, σκι, μπαστούνια, 2 ζεύγη χιονοδρομικά γάντια (το ένα με τα 4 δάχτυλα ενωμένα), μάσκα, σκουφί, κράνος, μπουφάν κ' παντελόνι σκι, σακίδιο πλάτης που θα περιέχει όσα δεν χρειάζονται να φορεθούν, αντιηλιακή κρέμα, νερό, το γεύμα, τυχόν φαρμακευτική αγωγή κ' απρεσκι παπούτσια.

Υπεύθυνη Προπονήτρια: Για πληροφορίες, ενημέρωση, διευκρινήσεις και ότι άλλο μπορεί να χρειαστείτε κα Σόφη Γκρίτση τηλ. Επικοινωνίας 6972004973, ή sdgritsi@hol.gr

Εγγραφή: ΕΟΣ ΑΘΗΝΩΝ, Ερμού 64 καί Αιόλου, 5^{ος} Όροφος, Αθήνα 10563, Τηλ 2103212355 - 2103212429 και www.eosathinon.gr
Τρίτη έως Παρασκευή 15:00 – 22:00 (κα Σοφία, γραμματεία συλλόγου)

Καινοτομίες:

- **Ασφάλεια:** Ο ΕΟΣ Αθηνών ασφαλίσει τα παιδιά της Ακαδημίας για την περίοδο που τα απασχολεί. Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στον Σύμβουλο μας κ. Γιώργο Σισμάνη 6978441311
- Μετά από παράκληση γονέων λειτουργούμε από φέτος το φθινόπωρο (2010) **πρόγραμμα φυσικής κατάστασης** 7 εβδομάδων και για τα παιδιά της Ακαδημίας. Η προπόνηση προετοιμασίας γίνεται στην Πολυτεχνειούπολη στην Αθήνα κάθε Σάββατο 11:00 με 14:00 με πρόσθετο κόστος 150 Ευρώ / παιδί. Προπονήτρια για την προετοιμασία η κα Σοφία Κομπού 6948076929