



FEDERAZIONE ITALIANA
SPORT INVERNALI
COMITATO PROVINCIALE DI PADOVA

Squadra agonistica



Allenamento in ghiacciaio 31 agosto 04 settembre 2019



Cari amici e genitori,

a poco più di due mesi dalla partenza vi invio il programma definitivo dell'uscita in ghiacciaio per gli agonisti delle categorie super-baby, baby, cuccioli, ragazzi, allievi, giovani, senior e master.

La formula non è stata cambiata rispetto a quella dell'anno scorso per quanto riguarda la logistica, vi invito quindi a leggere con attenzione il programma pressoché definitivo della trasferta.

La località scelta, è anche quest'anno il ghiacciaio di Hintertux (Austria):

- Partenza il sabato mattina e rientro il mercoledì sera per cui sono 5 giorni e 4 notti***
- alloggio in un'unica struttura per tutto il gruppo: Hotel Kirchlerhof Tux, Austria***
- trasporto con autobus gran turismo.***

I dettagli li trovate nel programma delle pagine seguenti.

Carlo Favaro

Programma di viaggio

Documenti di viaggio:

E' obbligatorio avere con se il documento di identità in corso di validità, anche per i minori che sono accompagnati da un adulto, ci verranno richiesti oltre che dalla struttura ricettiva anche per l'emissione di Ski Pass e riduzioni all'ingresso di attrazioni che andremo a visitare.

Consegna Bagagli:

i bagagli viaggeranno con il pulmann assieme a noi quindi verranno caricati alla partenza. Per bagagli si intendono sci, scarponi, attrezzatura varia, e la borsa con i vestiti, non il bagaglio a mano (telefonino-i pod - occhiali- merendine ecc. che viaggeranno assieme al proprietario).

Partenza: 31 agosto

Ore 09.00 ritrovo per tutti davanti al negozio Crema Sport in via Po a Padova. La durata del viaggio sarà di 5.30 ore c.a. più due soste da 15 min. circa. L'arrivo all'hotel è previsto per le ore 15.00 c.a.

Pranzi e cene: del 31 agosto 1-2-3-4 settembre

- La colazione del mattino si fa nella struttura ricettiva ed è un buffet.
- Gli snack e l'acqua durante l'allenamento sono a cura dell'organizzazione. (portare la borraccia per gli integratori)
- I pranzi al ritorno dal ghiacciaio anche quest'anno si consumeranno presso la tavola calda a quota 2600 m. Tuxer FernerHaus
- Le cene si consumeranno tutti assieme presso la struttura ricettiva.

Siete pregati di comunicare (per i minori che vengono soli) eventuali allergie/intolleranze alimentari o particolari abitudini alimentari.

Ristorante a m 2660 slm Tuxer FernerHaus



Corredo personale:

Non è necessario portare lenzuola, coperte e asciugamani, sono indispensabili invece: **accappatoio o asciugamano (per la piscina), ciabatte da doccia, costume da bagno, cuffia da piscina, crema solare protettiva, burro cacao per le labbra e occhiali da sole.**

Per quanto riguarda l'abbigliamento tecnico, per esperienza, la temperatura sulle piste varia abbastanza per cui è bene vestirsi a cipolla: per sciare suggerirei di portare **intimo leggero, tutina, pantaloni lunghi, felpa e giacca**, di modo che i ragazzi siano ben coperti ma col sole e il caldo si possano spogliare e sciare solo in tutina! Per questo è importante che tutti abbiano uno **zaino** dove mettere tutto ciò che non hanno addosso: la salita al ghiacciaio è un pellegrinaggio di 40 min e 3 funivie, soprattutto al ritorno con il caldo, è necessario avere un posto dove mettere caschi, guanti, maschere, felpe ecc!

Clima previsto:

Il paese di Tux dove alloggiamo è situato ad un'altitudine: 1281 m s.l.m. le temperature medie di questa stagione sono min. **+10** max. **+20**

Il Ghiacciaio di Hintertux è situato ad un'altitudine: 3250 m s.l.m. e le temperature medie di questa stagione sono min. **-3** max. **+4**

Viaggio di ritorno: 04 settembre

mercoledì 04 si terminerà di sciare obbligatoriamente entro le ore 12.00 e dopo aver pranzato si rientra a Tux e ci si potrà cambiare prima della partenza, il Check-out è previsto per le ore: 15:00-16:00, l'orario di arrivo a Padova è previsto per le 21.00/21.30 con arrivo sempre presso il parcheggio del negozio Crema Sport in via Po.

Si raccomanda di dare l'adesione versando una caparra di €. 100 a partecipante ed il saldo ad un mese dalla partenza (non verranno restituite le caparre per disdette arrivate a meno di 30 gg dalla partenza.)

Costi:

- *Atleti nati dopo il 01/01/2003* € 475,00
- *Atleti nati dopo 01/01/1999 e fino al 31/12/2002* € 575,00
- *Atleti anni 1998 e oltre* € 605,00
(comprensivo di trasporto, vitto, alloggio, ski pass, allenatore, e divertimenti extra).
- *Adulti accompagnatori senza Skipass* € 365,00
(comprensivo di trasporti, vitto, alloggio e divertimenti extra, per gli Skipass allego listino se volete prenotarlo dovete versare la cifra corrispondente a quello scelto).

Hotel Kirchlerhof





Attrazioni che potremo visitare nei dintorni après Ski:

Vi consigliamo di visitare i siti delle attrazioni che vorremmo visitare con i ragazzi nelle ore libere dallo sci, sono tutte nei paesi limitrofi di Tux.

<http://www.hintertuxergletscher.at/it/landingpage-italiano.html>

http://www.zillertalarena.com/en/zell/sommer/zell_action.html

<http://www.tirolo.com/a-parco-termale-zillertal>

<http://www.tux.at/it/ghiacciaio/esperienze-sul-ghiacciaio/il-palazzo-di-ghiaccio-naturale.html>

Grazie dell'attenzione

Carlo Favaro

Info: Carlo Favaro tel. 337 515777 carlo.favaro@gmail.com