

BOLLETTINO ORCOKAYAK

ANNO 2003-N° 4 ottobre/novembre/dicembre

INFO BOLLETTINO

Il notiziario interno al club viene distribuito via E-mail o posta ordinaria ai soci e solo via Email ai simpatizzanti vecchi soci o chi ne fa richiesta alla fine di ogni trimestre:

n° 1: gennaio-febbraio-marzo

n° 2: aprile-maggio-giugno

n° 3: luglio-agosto-settembre

n° 4: ottobre-novembre-dicembre

L'indirizzario è continuamente aggiornato. Siete pregati di comunicare tempestivamente eventuali variazioni di indirizzo e il mancato ricevimento. Le notizie che i soci vorranno pubblicare dovranno essere presentate in sede, nell'occasione del ritrovo del 1° martedì di ogni mese o fatte pervenire a Gaetano, preferibilmente via posta elettronica:

E-mail: okadv@tiscali.it

Direttivo Orcokayak 2003

Presidente: Alberto Paolo Giuliano Albo ("Bubu");

011 9835986 – 333 5934437

Vice Presidente: Gaetano La Porta
tel. 335 6282728

Segretario: Bruno Camoletto
tel. 011 9952219 – 347 0657920

Consiglieri:

Marina Destro
347 4914309

Alessandro Del Grande
Tel. 011 9540269 – 338 92100854

Incarichi tecnici

Turismo/Gite:

Lorenzo Bordoni
tel. 011 9644491 – 335 205348

Roberto Inghima Modica (Bide)
tel. 011 204009 – 333 3772570

Paolo Pezza (Paolone)
335 56955111

Scuola

Gaetano La Porta
335 6282728

RITROVO MENSILE

**Il 1° martedì di ogni mese
riunione direttivo : ore 20.30**

ritrovo soci: 21.30

presso la sede del club (è sempre meglio verificare telefonicamente di volta in volta).

ok notizie

Convocazione Assemblea Generale

Martedì 27 gennaio – Assemblea Generale dei Soci Ordinaria, Sede di Chivasso- Stradale Torino, 169, ore 20 prima convocazione, ore 21 seconda convocazione.

O.d.G.:

Approvazione del rendiconto economico 2003

Indirizzo generale 2004

Varie ed eventuali

Nuove quote associative

Importanti decisioni sono state deliberate nell'ultima riunione del Direttivo. Una delle più importanti è senz'altro la nuova determinazione delle quote sociali.

Si è evidenziato l'esigenza di apportare un nuovo e migliore approccio alla quota per essere socio Orcokayak.

E' stata approvata la proposta di applicare un'unica quota associativa di 30 €. Tale quota è "all-inclusive" cioè, a differenza di prima, non vi è più una quota di associazione di 10 € che, obbiettivamente, offriva ben poche opportunità ed una quota attività aggiuntiva di 35 € (a richiesta) che completava le opportunità offerte. Così è ~~tutto più semplice e soddisfacente~~ tutto più semplice e soddisfacente per tutti, di 30 € comprende l'iscrizione al Club per l'anno solare e da diritto a tutte le seguenti opportunità:

1. partecipazione delle discese/uscite come da calendario;
2. utilizzo delle strutture del club;
3. utilizzo delle attrezzature sociali presso le sedi e per le gite/uscite come da calendario (vedere regolamento interno);
4. partecipazione alle attività agonistiche;
5. deposito presso la sede di canoe/kayak;
6. possesso (se richiesta e con costo a parte) delle chiavi della sede;
7. ricevere il bollettino periodico di informazione.

Con questa si augura, con questo intervento, di aver semplificato la comprensione dei diritti dei soci e soprattutto di sortire un maggiore effetto promozionale verso lo sport della canoa-kayak e verso la possibilità di far parte del nostro club.

Niente più scuse chi è interessato e vuole partecipare alle iniziative e alla vita del club deve essere socio, punto e basta.,

L'impegno economico è veramente ridicolo, ma devi essere socio come tutti gli altri, per il loro rispetto e il rispetto di chi si occupa della gestione del club.

Il Direttivo

Norme 2004 per il tesseramento

soci – istruttori – atleti

TESSERAMENTO SOCI ORCOKAYAK CENTROCANOA

Essere soci del club significa:

- Conoscere il mondo dei fiumi
- Imparare ad andare in canoa e kayak
- Incontrare e conoscere altri come noi
- Organizzare escursioni ed imprese fluviali in genere.
- Contribuire allo sviluppo dello sport e alla tutela dell'ambiente.

Usufruire di tutta una serie di vantaggi:

- Ricevere il periodico bollettino
- Utilizzare l'attrezzatura sociale presso la base
- Noleggiare attrezzatura
- Partecipare a gare e manifestazioni
- Assicurazione R.C. del Club - Assicurazione infortuni Sportass (solo Atleti e Turista Amatore).
- Convenzioni varie con, negozi, Scuola Canoa e Rafting, noleggio attrezzature, ecc.

Quote associative

?? **Quota associativa di 30 €** comprende l'iscrizione al Club per l'anno solare e da diritto:

- alla partecipazione delle discese/uscite come da calendario;
- all'utilizzo delle strutture del club;
- all'utilizzo delle attrezzature sociali presso le sedi e per le gite/uscite come da calendario (vedere regolamento interno);
- alla partecipazione alle attività agonistiche;
- al deposito presso la sede di canoe/kayak;
- al possesso (se richiesta e con costo a parte) delle chiavi della sede;
- di ricevere il bollettino periodico di informazione.

☞ **Quota Centro Giovanile di 40€ mensili** per i ragazzi dagli 8 ai 16 anni per essere inserito nelle attività del Centro Giovanile CONI di Av-

viamento allo Sport ed essere seguiti da un istruttore una/due volte alla settimana.

come si diventa socio Orcokayak

Le nuove iscrizioni e i rinnovi a Socio sono possibili:

☞ **direttamente in sede** (avvertire telefonicamente), meglio durante il consueto ritrovo del primo martedì di ogni mese, alle ore 21,30 presso la sede di Chivasso o altre occasioni istituzionali (es. Ass. Generale, ecc).

☞ **tramite versamento sul Conto Corrente** bancario N° 14127 dell'Istituto Bancario San Paolo di Torino - agenzia di Chivasso - intestato a Orcokayak Centrocanoa (ABI 01025, CAB 30370) e invio o consegna della apposita domanda di associazione con allegata la ricevuta del versamento bancario.

TESSERAMENTO ATLETI

Il tesseramento atleta deve essere richiesto direttamente dai soci interessati **Tesserarsi per la prima volta in qualità di Atleti.** I Soci che desiderano tesserarsi devono far pervenire in sede di riunione la seguente documentazione:

?? certificato di nascita (vedi autocertificazione);

?? N° 2 fotografie identiche;

Il costo della quota di €8, si ha diritto:

1. alla partecipazione alle gare indette dalla F.I.C.K.
2. alla polizza assicurativa infortuni Sportass

Per ritesserarsi in qualità di socio Atleta si deve, entro il 15 gennaio, dare conferma e versare la quota sociale. Allo scadere del termine fissato è sempre possibile ritesserarsi versando anche il supplemento di quota di €3 per spese postali. **Attenzione** in quest'ultimo caso si corre il rischio di non avere la tessera in tempo utile per le prime gare di marzo.

TESSERAMENTO ISTRUTTORI E MAESTRI DI CANOA

Ricordiamo che per il mantenimento del brevetto è necessario:

?? essere in regola con il tesseramento Orcokayak e riconfermare il mantenimento del brevetto presso il Club

?? essere in regola con le quote e versamenti precedenti

?? provvedere personalmente al versamento alla FICK della quota di **31€ entro il termine massimo del 31/01/2004** tramite versamento sul conto corrente postale n° 27188002 intestato alla FICK - Viale Tiziano, 70 - 10096 ROMA ed inviare copia del relativo tagliando al Centro Federale di Castelgandolfo.

?? partecipare agli aggiornamenti previsti

ATTENZIONE: oltre tali termini è prevista una maggiorazione del 50% della quota annuale.

I Maestri di Canoa all'atto dell'iscrizione devono allegare anche il certificato medico di tipo "B".

Sono esonerati dal pagamento 2 Istruttori designati dalla Associazione.

TESSERAMENTO TURISTA-AMATORE

I Turisti-Amatori che intendono tesserarsi dovranno darne comunicazione alla segreteria dell'associazione e compilare gli appositi moduli.

Con il pagamento della quota di

€11 si ha diritto a:

?? polizza assicurativa infortuni SPORTASS;

?? partecipazione alle manifestazioni organizzate con il patrocinio della FICK;

Come tesserarsi

Si ricorda e si precisa.

Assieme al presente bollettino viene allegata anche la **DOMANDA DI ASSOCIAZIONE** al club. In questo modo si agevola l'iscrizione al club che potrà essere fatta:

2. inviando via posta ordinaria il modulo compilato assieme alla copia della ricevuta dell'avvenuto versamento in banca della quota di iscrizione regolarizzerà l'iscrizione
3. consegnando personalmente il modulo compilato e versando la quota di adesione durante le riunioni del primo martedì del mese o altre occasioni.

Calendario 2004

E' pronto il calendario 2004, in nuova veste per essere più di facile consultazione. Come sapete il calendario Orcokayak nasce dalle spontanee iniziative di tutti i soci, purché, ovviamente, approvate dal Consiglio Direttivo. Basta avere sane idee da condividere.

Il calendario allegato è uno strumento importante, la base di partenza delle principali iniziative del club.

Deve essere chiaro che non vi sono presenti tutte le iniziative, le altre saranno nel corso della stagione comunicate ai soci o meglio sarà possibile prenderne atto sul sito ufficiale Orcokayak (www.orcokayak.it) a breve operativo.

Proprietà essenziali delle iniziative sono le seguenti:

☞ Le iniziative devono essere rivolte a tutti i soci.

☞ Per ogni iniziativa è necessario un referente/coordinatore che è l'unico a cui fare riferimento.

☞ Evitare di proporre iniziative simili nella stessa data.

☞ Altre dovute al buon senso.

In particolare si segnalano importanti novità per quanto riguarda le modalità delle iniziative didattiche della Scuola rivolte ai soci del club proprio per favorire la partecipazione.

Morte di una stella

In natura esistono processi che, una volta innescati, portano inesorabilmente alla distruzione di quanto è stato creato. L'intero Universo è formato da stelle, strutture non viventi, che evolvono in modo molto simile a quelle che sono le forme di vita che noi definiamo viventi. Spesso le stelle si formano per aggregazione di polveri disperse dello sconfinato spazio interstellare, che, per effetto della forza gravitazionale, si vengono a trovare in uno stato legato. In questa condizione l'evoluzione del sistema può essere descritto, non più attraverso il moto delle singole particelle, ma più semplicemente descrivendo il moto di un singolo punto chiamato baricentro, centro di massa, centro di bari o in qualunque altro modo, ad esempio Direttivo. Non di rado capita, a seconda della distribuzione delle singole particelle che compongono il sistema, che il baricentro sia un punto virtuale, nel senso che non vi siano delle particelle reali nelle sue vicinanze: non per questo un sistema è più o meno stabile. Certo è, invece, che nelle stelle in baricentro è interno al sistema. Non bastano poche polveri a formare una stella perché, in tal caso, si parla di ammassi, di asteroidi o, nei casi più fortunati, di comete. Le stelle sono un'altra cosa. Sono caratterizzate da una struttura interna più complessa e gli stati interni di aggregazione possono essere di diverso tipo. Così, quando uno stato si trasforma in un altro, si libera energia che viene di nuovo assorbita e riutilizzata. Studiando la fisica di queste interazioni si scopre che le trasformazioni, che fanno evolvere la stella verso una condizione più stabile, seguono precise regole mentre quelle che avvengono per puro caso, disperdono energia. La somma di tutte queste trasformazioni energetiche costituiscono la storia di un Club, scusate, di una stella. Con il passare del tempo, l'energia dispersa aumenta sempre, inesorabilmente, è naturale; ma quando questa comincia a scarseggiare bisogna fare i conti. La stella implode. Diventa più piccola. Ancora più piccola. Gli scambi energetici interni aumentano. Molta energia si disperde. Esplose. Esplosione di Super Nova... La stella è ora davanti ad un bivio. Tutta l'evoluzione dei millenni successivi è determinato da un semplicissimo bilancio. Quanta polvere è ancora presente? Quanta energia è ancora presente? Il più delle volte le

stelle raggiungono uno stato inerte, condensato... morto. Nane Bianche. Niente interazioni, sporadiche pulsazioni... freddo... tanto freddo.

Viceversa, se dopo l'esplosione c'è ancora molta polvere ed energia, la stella si trasforma radicalmente, non è più una stella, si va ben oltre... le interazioni interne sono talmente forti, complesse e solide che possono inghiottire altri corpi celesti, altri pianeti, addirittura altre stelle. La fisica non è più quella delle stelle. Attualmente se ne sa ancora troppo poco. Ma è certo che questa nuova fase della vita di una stella è più stabile, più creativa, più ricca. L'evoluzione è creativa ed inarrestabile.

Non so in quale fase della vita si trovi esattamente il nostro club ma credo che si stiano disperdendo troppe energie, troppi eventi casuali. Molte iniziative avviate e non più seguite (sezione canyoning, i pile Orcokayak, interpretazioni libere delle assemblee, la sede utilizzata sempre meno, ed altro ancora). Parte della colpa è certamente mia, e non ho problemi ad ammetterlo. Ma ho la certezza che qualcosa debba cambiare. Ho la netta impressione, e chiedo il vostro parere, che si sia imboccato il sentiero che conduce alla Nana Bianca. Molte associazioni di canoa non hanno una sede. Non hanno iniziative di calendario, non seguono l'attività agonistica, non promuovono l'avvicinamento a questo incredibile mondo, non hanno assemblee ufficiali il cui ritrovo sia noto a tutti i soci, spesso i soci non sanno nemmeno delle risorse di cui dispone l'associazione, ma soprattutto non hanno obiettivi da raggiungere.

Le risorse sono energia. Energia di cui non si dispone se non esiste un club. Ma un club, come una stella, deve mantenere una certa rigidità se non vuole disgregarsi. All'inizio credevo che fare un giro di telefonate ed organizzare una riunione divertente ed aggregante, avrebbe fatto interagire le polveri già presenti ed attirato quelle ancora libere. Mi devo ricredere. Questo approccio fa sì che ci diverta molto, che si crei grande voglia di fare... e che tutto vada perso. Mi sembra che questo sia il primo passo verso la dissoluzione di un club e la creazione di un gruppo di amici. Ci sono molti gruppi di canoisti e molte Nane Bianche, ma di Club ce ne sono sempre di meno. La mia idea è quella di recuperare al più presto quella minima rigidità amministrativa, necessaria a gestire al meglio un club, e di dare grande spazio alle iniziative aggreganti senza però mescolare e confondere questi due momenti della vita della nostra stella. Fermo restando che questa mia opinione non sia un imperativo credo che valga la pena pensarci attentamente perché oltrepassato il

punto di non ritorno l'evoluzione verso la Nana Bianca è segnata definitivamente.

PaoloAlberto

Le somme del 2003

Passata come una piena il vecchio anno eccoci nuovamente a tirare le somme della terminata stagione.

E' ovvio che si tratta solo di una mia interpretazione che tuttavia fa appello ad una visione credo globale del club.

Il dato più rappresentativo per un club è senz'altro il numero dei soci, che si mantiene ancora costante e in lieve aumento. Questo dato mi pare da un lato rassicurante, dall'altro denota un'insufficiente risultato promozionale verso il nostro sport e una certa stasi. In questa fase, tuttavia, il club ha consolidato un cospicuo nocciolo di praticanti kayakisti che è cresciuto notevolmente in termini di capacità tecniche e conoscenza fluviale. Questo gruppo si è faticosamente ricostituito dopo qualche anno di, per così dire, ricambio. Sono i classici cicli che si ripetono, tipici di qualsiasi realtà specie ~~economiche~~ sportive, invece, la mia preoccupazione. Preoccupato perché ora una mancata o cattiva gestione di queste risorse ci condurrà inevitabilmente, come già accaduto in passato, ad un rapido ritorno verso la fase calante.

Mi continuo a chiedere perché siamo così pochi a pensare, oltre che a divertirci, anche al futuro del kayak e dei nostri fiumi che, insomma, si traduce nel fare "promozione dello sport del kayak".

Quelli come me evidentemente godono non solo quando si sta sul fiume, ma anche quando si riesce a condividere questa goduria con altri e più si è meglio è.

Da una lato, con grande soddisfazione il Centro Giovanile del club ha in attivo almeno 11 ragazzi tra i 10 e i 16 anni che praticano con buona continuità kayak nel periodo primavera/estate e autunno/inverno. Bubu ed io, non senza difficoltà, ci siamo con immenso piacere impegnati seriamente in questa importante iniziativa che sta producendo notevoli soddisfazioni. Per questo nuovo anno si prevede, tra l'altro, di ripartire, come ai vecchi tempi, con una moderata attività agonistica appositamente per i nostri ragazzi.

Dall'altro la "questione sede", dopo un avvio entusiasmante, è ancora tutta da mettere in piedi. In questa precaria condizione è effettivamente molto difficile fare qualsiasi tipo di progetto e per migliorare l'attuale condizione della nostra sede di Chivasso e di promozione.

Ritengo importante che il club abbia ora più che mai bisogno di forze nuove che si pongano quale obiettivo prioritario la

gestione del club e delle sue risorse. C'è bisogno di idee nuove e nuova voglia di fare. C'è spazio, ce n'è veramente tanto: quante cose si potrebbero fare.

Si potrebbe controbattere sostenendo che è già molto se ci sono i kayakisti. Ma questo non è sufficiente, come dico da sempre: non sono solo i kayakisti a fare un club, per essere club ci vuole dell'altro... Non basta qualche telefonata e ritrovarsi per una discesa o per mangiare una pizza...

Di kayakisti ce ne sono pochi, parecchi nel nostro club diversi altri sparsi qua e là e isolati in piccolissimi gruppi. Così come con una certa difficoltà e impegno si diventa kayaker così molto facilmente è possibile mollare tutto e tutto finisce e non rimane nulla.

Un club è un'altra cosa non è solo andare a divertirsi giù per fiumi...

Peccato, vorrà dire che ad occuparsi di tutto quello che possono e riescono a fare saranno sempre i soliti con le loro buone motivazioni, ad ognuno le proprie e a cui riconosciamo sempre il massimo rispetto.

Quello che poi più mi dispiace è che il club dispone di discrete potenzialità economiche che non vengono ne comprese ne sfruttate. In effetti il grosso credito di cui dispone il club presso gli Enti, grazie ai valori acquisiti nel passato e alle rare ma importanti iniziative che tuttora realizziamo (Carton quale primo esempio) ci consentirebbero di finanziare iniziative e quant'altro. Si potrebbero avviare settori nuovi, finanziare iniziative promozionali, spedizioni, video sportivi, comprare attrezzature, ecc. Mancano solo le buone idee e la voglia di organizzare, il resto sono solo particolari che Orcokayak saprebbe bene come gestire.

Come già qualcuno pressappoco già disse: "perché chiedersi solo che cosa dà il club ai soci e non chiedersi mai cosa dare al club".

Gaetano

Sicilia e Calabria tour

Colta al volo dai soci Orcokayak questa ennesima occasione di vacanza ovviamente con kayak a seguito. Due furgoni zeppi di kayaker pappa e quant'altro necessario per una decina di giorni per scendere i fiumi più interessanti della Calabria e della Sicilia quali: Calore, Noce Lucano, Lao, Simeto, Alcantara.

Gli autisti sono (meglio dire i proprietari dei mezzi) Alessandro e i Cuoco, al seguito Roberto Inghima, Marco Izzo, Alessandra, Francesco, Vincenzo, Marina, Vilma poi il gruppo di Asti e Alessandria e milanesi. Senz'altro un bel groppone a cui si augura acqua e divertimento. I dettagli sul prossimo numero.

calde calde da Sicilia e Calabria (prime impressioni)

Kayak puntati a sud

Di nuovo in ufficio (...). Dai 3 o 4 che pensavamo di essere all'inizio lo , Il Cuoco, Il Bide, ci siamo ritrovati ad essere una carovana di 20 persone!!! C'è chi ci ha raggiunto in Aereo, in Treno, in Bus, mancava solo qualcuno che ci raggiungesse in canoa da Genova (di sicuro almeno uno di noi ci ha pensato)

Le brusche precipitazioni dei giorni precedenti ci hanno permesso di trovare prima in Calabria e poi in Sicilia i livelli d'acqua ottimali.... (MA NON PER TUTTI!)

Ecco alcuni commenti dei canoisti che hanno condiviso questa bella vacanza natalizia:

??Mauro: *I FIUMI DEL SUD CI BASTONANO!* "Calore" Fiume con gole boschive di IV / IV++; Largo circa 7Mt. Con salti e toboga

??Salvatore: *SIMME OMMENE..... NUN SPARATE!!* "Calore" Fiume con gole boschive (molto difficile da abbandonare!) di IV / IV++; Largo circa 7Mt. Con salti e toboga

??Francesco: *I FIUMI DEL SUD SONO INQUIETANTI*

??Alessandra: *se questa non è una rapida e le rapide sono più avantiIO SCENDO QUI!!!!*
"Gole dell' Alcantara" Fiume di IV / V+ di formazione lavica con parecchi sifoni!

??Ciccio: *FAR BAGNI FA' PARTE DEL GIOCO BUTTATI!!!*
Gole del Simeto III / IV Ondoso, Manovriero, Continuo

??Vincenzo: *per me nessun problema sul fiume, chi mi ha piegato sono stati i fiumi di Arancini, cannoli Siciliani, bomboloni alla crema, delle FANTASTICHE PASTICCERIE SICILIANE!!!!*

Un grazie a Salvatore, che ci ha trovato una sistemazione logistica ed economica OTTIMALE

Un grazie a Ciccio e Famiglia per la sua disponibilità.

Un grazie a Rino e a Gina ci hanno uniti armoniosamente con gli imburniti di Roma

Dimenticavo, per l'invidia di qualcuno.... tutte le discese si sono svolte in un ambiente da favola tra Cascate, arcobaleni, gole laviche, piantagioni di aranci, limoni, e fichi d'india.

Comunque sia è stato un Natale dove non sono mancate le sorprese sotto l'albero (e rotture di palle... Furti, L'intervento della forestale dei Carabinieri e persino del Sindaco!!) A tutti i kayakisti auguro un fantastico 2004 come le nostre vacanze.

Alessandro

Orco e alta velocità

Sono cominciati i contatti con i progettisti delle maestose opere della ferrovia per il treno ad alta velocità. E' già a buon punto la costruzione di un ponte ferroviario subito a valle del ponte della TO-MI.

Come ricorderete si era riusciti, qualche anno fa', ad intervenire sui lavori di sistemazione della briglia di contenimento subito a valle della medesima autostrada TO-MI. Si ottenne attraverso contatti con il Magis-Po ing. Tupputi e il direttore dei lavori o autostrade On. Calvi (da tempo forzatamente fuori dalla scena) la realizzazione di uno scivolo al centro della soglia ed una maggiore pendenza verso il centro per convogliare l'acqua, anche in previsione di formare un fantastico rullo. Lo scivolo è stato poi realizzato come pure la pendenza, i lavori, eseguiti poi, con poco impegno e utilizzo di materiale non hanno sortito poi grandi piacevoli risultati e sono durati ben poco, ma tuttavia è stato un passo avanti piuttosto che essere completamente ignorati.

Adesso siamo alle solite ed ho già avviato dei contatti con il responsabile progettista per comprendere cosa verrà realizzato e se e come poter intervenire.

Gaetano

ok prossime

serata video

Venerdì 12 marzo, Grugliasco.

Intendiamo riprendere al meglio una buona iniziativa che purtroppo si era persa negli ultimi anni: rendere ufficiale una serata dedicata ai nostri video e diapositive, ma questa volta non è tutto.

Abbiamo preparato un fantastico pacchetto. Il locale scelto è un collaudato oratorio utilizzato da diverse organizzazioni a questo scopo, munito di una birreria/pizzeria fornita di maxi schermo. L'indirizzo è Viale Giustetti, 12 (vicino a Municipio) Grugliasco (TO) – Oratorio Borgis

La **partecipazione al costo di 9€** include pizza a volontà e una birra media.

Verranno presentati video/diapo inediti e non di viaggi e discese dei nostri soci, ma anche video di autori e pagaiatori diversi.

Presenteremo inoltre il fantastico pile

Orcokayak che, previa ordinazione, potrà essere ritirato in questa occasione.

L'occasione è tra l'altro più che buona, per chi ancora non l'avesse fatto, per associarsi al club.

Poiché per poter usufruire della sala è necessario un numero minimo di partecipanti è indispensabile l'adesione alla serata entro e non oltre lunedì 8.

Prenotazioni:

Gaetano tel 335 628 27 28.

ok corsi-scuola

Stagione di preparazione

Questi mesi che precedono la vera e propria stagione del fiume sono molto importanti per il kayakista attento che intende migliorare la propria abilità. Sappiamo benissimo che quando è stagione si deve approfittare del livello ideale per scendere i fiumi e quindi la tecnica... Per fare tecnica non c'è quindi mai tempo, è questo il problema e poi chisseneffrega, chemmenefaccio della tecnica e chimmivede nei fiumi.

Il risultato, poi ovvio, è poi che gli eskimi si cicciano, gli appoggi non funzionano e si da il giro al primo schizzo, per non parlare poi di voler surfare, cacciare fare ruote e quant'altro.

In effetti, a chi interessa veramente migliorare sarebbe in primo luogo d'obbligo l'attività in piscina, poi magari attività di kayak da fondo, per fare tecnica di pagaiata e fisico e poi ancora tecnica e sensibilità su onda (Turbigo) e su acqua piatta.

I risultati sono sempre assicurati, chi si è anche solo un minimo impegnato ha senz'altro potuto osservare rapidi miglioramenti in poco tempo. Io stesso non perdo occasione per migliorare la mia tecnica e mi preparo quanto più possibile sia in termini generali che andando in kayak il più possibile. Ogni volta sono piccole nuove scoperte che mi fanno crescere nonostante l'età e gli acciacchi.

Un consiglio di cuore a tutti quelli che possono trovare un po' di tempo e soprattutto lo ritengono importante e necessario.

Gaetano

KAYAK INDOOR "piscina"

Sono cominciate a novembre e continueranno, si spera, fino a marzo 2004 le attività della Scuola presso la Piscina coperta di Rivoli "Bonadias", via Adige, 13

La piscina si raggiunge comodamente e rapidamente da diverse località localizzandosi subito all'uscita Rivoli C.so Francia (Gardenia Blu) della tangenziale di Torino.

Da mercoledì 14 gennaio, dalle ore 21 alle 22, per un totale di 5 mercoledì inizierà un nuovo secondo ciclo a cui ne seguirà, se vi sarà sufficiente richiesta,

un terzo ed ultimo.

I soci Orcokayak hanno lo sconto del 20 % sui costi.

Le attività possibili sono:

- **Corso di avvicinamento al kayak:** le condizioni ideali per prendere confidenza con il kayak e con l'acqua. Costo 90.00 € comprensivo di noleggio attrezzatura.

- **Corso di eskimo:** corso di base per imparare e perfezionare la tecnica per riportare un kayak in assetto normale dopo un ribaltamento.

Costo 90.00 € compresa di attrezzatura

- **Total Eskimo Freestyle:** corso riservato ai possessori di kayak da rodeo che per l'occasione possono introdurla (ben pulita) in piscina ad ogni lezione. Novità: da quest'anno è possibile noleggiare alcuni kayak da rodeo al costo di 25 € (verificare la disponibilità) per corso.

Il corso prevede, oltre al perfezionamento dei diversi tipi di eskimo, esercizi di base per il loro utilizzo nel rodeo ed esercizi specifici di rodeo.

Costo 90.00 € attrezzatura esclusa.

- **Attività libere:**

1- Vengono messi a disposizione kayak e pagaie per attività libere, cioè senza istruttore, per perfezionare l'eskimo, appoggi, ecc. (meglio portarsi la propria pagaia e paraspruzzi).

Costo 70.00 € compresa attrezzatura

2 - Si possono utilizzare i propri kayak da rodeo e attrezzatura (ben lavati e puliti).

Costo 70.00 €

Si ricorda che i soci Orcokayak hanno lo sconto del 20 % sui costi.

ISCRIZIONI: sono a numero chiuso e si accettano prima possibile solo con il versamento anticipato della quota. Gaetano tel. 335 628 27 28

ok varie

www.orcokayak.it

Non ci siamo montati la testa, semplicemente sono maturati i tempi e abbiamo richiesto all'autorità un dominio con il nome del nostro club. Adesso che abbiamo l'indirizzo (URL) svilupperemo un sito che dovrà diventare il riferimento dei soci e si spera anche per tutti i praticanti del kayak e canoa. Sono ben accette professionalità, specifiche e non, per la realizzazione del sito. (Gaetano)

www.cartonrapidrace.it

Anche per il più grande evento mai organizzato sui fiumi d'Italia si è provveduto a definire un indirizzo univoco e appropriato, che rispecchi l'importanza che questa manifestazione rappresenta per il nostro club. Questo sito è già stato completamente rinnovato lo scorso anno e verrà aggiornato per la prossima edizione 2004. (Gaetano)

www.okadventure.it

Se volete essere sempre aggiornati con le iniziative della Scuola provate ogni tanto a collegarvi alle news del sito della Scuola www.okadventure.it (Gaetano)

AGEVOLAZIONI PER SOCI

Ecco le convenzioni valide al momento:

Energy Studio, Via Alessandria, 24 Torino tel. 011/2476380, sconto del 10% su Trattamenti kinesiologici, massaggio tradizionale, rinforzo muscolare, linfo-drenaggio, shiatzu.

ES.PA. SPORT

C.so Matteotti, 10 - 10121 Torino

Tel. 011/53.82.63

Sconto del 10% su canoe, accessori, attrezzature, sconto del 10% su articoli da escursionismo e trekking

Milici Sport - Via Torino, 21 Chivasso tel. 011/9101546, sconto 15% su abbigliamento 20% su attrezzature.

OK Adventure Company

tel. 335 628.27.28

Sconto del 20% sul noleggio attrezzatura e sulle Discese Guidate (kayak, rafting, hydrospeed, canyoning).

Reale Mutua Assicurazioni, Agenzia di Chivasso, Via Torino, 72, tel. 011/9101225. Una migliore attenzione e prezzo per la risoluzione dei problemi assicurativi.

MERCATINO

Vendo:

Vendo **salvagente** Profili Extrem con tasche nuovo.

Vendo **kayak** usato Riot mod. Disco.

Vendo **bermuda** neoprene nuovi.

Vendo **pezzi vari** a modici prezzi (giacche, mute, calzature, caschi, ecc) usati e non. Se non volete spendere fatevi sotto.

Vendo **pagaia slalom** carbon 202 cm nuova.

Gaetano 335 628 27 28

Vendo **Kayak** marca Riot modello Glide a 200 €.

Marco 328 664 11 07