

FREESKI - DESCRIPCIÓN DEL ÁREA Y SUS MODALIDADES



Referente: **Diana Rivera**

Mensajes por Whatsapp (no llamadas ni audios): +34 635627580

Llamadas: 2944 927947

Diana cuenta con 20 años de experiencia en el mundo de la nieve y más de 35 temporadas invernales entre los hemisferios Norte y Sur.

Además de ser Guía de Media Montaña UIAGM es entrenadora de Esquí Alpino, Snowboard y Telemark con titulaciones internacionales reconocidas por AADIDESS.

Como deportista ha participado en competencias nacionales e internacionales de Freestyle y Freeride y en el circuito de la FWTO.

¿Qué es el Freeski?

Freeski es la abreviación de Freestyle ski, una disciplina olímpica, y es un deporte de alto rendimiento.

El uso del término Freeski incluye también, además del Freestyle, la modalidad de Freeride.

El Freestyle se realiza en el parque y tiene la modalidad de slope style y big air, además half pipe y moguls que también se realiza en terrenos preparados sólo y exclusivamente para el desarrollo y la práctica de estas actividades. El Freeride, por su parte, se realiza en terreno fuera de pista dentro o fuera del área esquiable del centro de ski. Ambos, Freestyle y Freeride, tiene un calendario de competencias anuales e internacionales en ambos hemisferios.

¿Cuál es el objetivo del área?

El objetivo principal del área de Freeski CAB es formar futuros atletas y profesionales del deporte, proporcionándoles un amplio rango de conocimientos sobre las montañas, cómo moverse por ellas, estudio del terreno y seguridad, y el desarrollo de valores como los de compañerismo, respeto, amistad y trabajo en equipo. También se brindan las herramientas necesarias para que puedan iniciar una formación profesional como instructor, patrullero socorrista, guía de montaña o para alcanzar un alto nivel deportivo.

El equipo de trabajo de Temporada está conformado por instructores y entrenadores que cuentan con certificación de instituciones como AADIDESS, (Asociación Argentina de Instructores de Esquí y Socorristas) y/o AAGM, (Asociación Argentina de Guías de Montaña) y coordinan sus acciones con un preparador físico, realizando un seguimiento personalizado e integral de cada atleta.

¿Cómo va a estar organizada la actividad?

Con el objetivo de hacer crecer la disciplina y a sus atletas de forma integral se contempla la división de éste área en tres grupos de actividad principal:

- **Competición:** entrenamiento y competencia en Freestyle y Freeride.
- **Montaña:** esquí de travesía y planificación de las salidas (lectura de terreno nevoso, mapas, orientación, mantenimiento de equipo, seguridad en montaña, prevención de accidentes, actividades multidisciplinares (Telemark, Fondo, Snowboard, trazados de GS recreativos) Las salidas fuera del dominio esquiable, están sujetas a las condiciones climáticas.
- **Esquí recreacional:** formación completa del alumno en la montaña nevada, sin objetivos de resultados competitivos.

¿Qué otras actividades/servicios se proponen y no están incluidas en el valor del curso?

Viajes: El valor del curso no incluye los gastos de viaje de los atletas ni sus inscripciones a competencias, ni viáticos de los entrenadores a cargo, ni los honorarios del guía habilitado a cargo de la actividad.

Alquiler del equipo de snowboard (en caso de que se realice actividad interdisciplinar).

Mantenimiento de equipo: cera, cofix, metalgrip.

Licencia federativa FASA: Imprescindible para los chicos que quieran participar en las competencias. La decisión de participación será conjunta (alumno/familia/coordinadora de área) dependiendo de nivel físico, técnico y actitudinal. Ver <https://www.clubandino.org/licencias-federativas-fasa-2/>

¿Qué otras actividades/servicios se proponen y si están incluidas en el valor del curso?

Esquí de travesía: dentro y fuera del dominio esquiable el equipo de esquís de travesía y pieles de foca, mochila, pala y sonda, y algunos arvas.

Telemark: esquís y botas.

Fondo: esquís y botas.

Mantenimiento de equipo: en sala/taller en el refugio de la base con plancha, rasqueta de plástico y metálica ángulos y limas.

ACLARACIÓN DE "NIVEL": Para Freeski un nivel Intermedio comprende el control de equilibrio, posición, dirección de deslizamiento y velocidad. Frenada en paralelo y esquí en paralelo en todas las fases de la vuelta.