



TORB



SEC 10 FREE SKI

TEMPORADA 24/25



SECCIÓ FREESKI

Des del **TORB ESPORTS CLUB**, ens plau anunciar la nova secció de **FREESKI**, ideada per aquells esquiadors que busquen explorar més enllà de l'esquí alpí de competició.

Aquesta secció està dissenyada especialment per a esquiadors a partir de 14 anys anys que, després d'anys d'entrenament i competició en esquí alpí, vulguin diversificar les seves habilitats i descobrir noves formes de gaudir de la neu.



MODALITATS

En aquesta nova secció, els esquiadors tindran l'oportunitat d'endinsar-se en diferents modalitats d'esquí, com ara el **freeride, el freestyle, l'esquí de muntanya i l'esquí alpi**, sense deixar de banda el treball de tecnificació de l'esquí lliure.

Volem proporcionar un espai on puguin desenvolupar la seva tècnica, creativitat i passió per l'esquí, mentre exploren terrenys variats i desafien els seus propis límits.

OBJECTIUS

- Desenvolupament Multidisciplinari
- Millora Tècnica Integral
- Foment de l'Autonomia i la Seguretat
- Incentivar la Creativitat i l'Expressió
- Resistència i Preparació Física
- Formació en Valors

Cerquem alimentar la passió per aquest esport, obrir noves perspectives i oferir als joves esquiadors un entorn on puguin desenvolupar-se tant en l'àmbit esportiu com en el personal.



ESQUI FREERIDE

- Tècniques de descens en neu no tractada.
- Control de velocitat i traçat de línies segures en terrenys naturals.
- Avaluació de condicions de neu i risc d'allaus.

ESQUI FREETYLE

- Iniciació i perfeccionament de salts, girs i trucs.
- Ús de mòduls com rails, caixons i kickers.
- Desenvolupament d'un estil propi i creatiu.

SESSIONS TECNIFICACIO

- Anàlisi i millora de la tècnica d'esquí, aplicable a totes les modalitats.
- Exercicis específics per corregir errors tècnics i optimitzar el rendiment.
- Pràctica intensiva en situacions simulades d'alta exigència.



ESQUI MUNTANYA

- Tècniques d'ascens amb pells de foca, crampons, piolets i tècniques de descens en terrenys mixtos.
- Orientació i navegació a la muntanya
- Coneixement bàsic de rescat i primers auxilis a la muntanya.





HIVERN 2024 - 2025

TEMPORADA 24-25

DESEMBRE 2024

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

GENER 2025

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

FEBRER 2025

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

MARÇ 2025

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
						1
					2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Sessions Freeski

6 al 8 - Familiarització, adaptació, tècnica base
27 al 30 - Iniciació aeris i mòduls

2 al 5 - Iniciació Freeride
20 al 21 - Iniciació Esquí Muntanya

1 al 2 - Tecnificació Esquí Alpí
15 al 16 - Esquí Freeride + Esquí Muntanya

1 al 2 - Esquí de Muntanya
16 al 17 Tecnificació Freestyle

QUOTA SECCIO 750,00

- 21 SESSIONS FREESKI
- Descomptes del 10 % per germans i Famílies Monoparentals

MATERIAL NECESARI: (Es possible llogar el material tècnic en les dates d'activitats).

- Esquis polivalents (all-mountain - freeride - freestyle)
- Esquis amb fixacions de randonée o muntanya + botes desbloquejables.
- Grampons i piolet
- ARVA, pala i sonda.

El preu NO inclou : assegurances, forfets, allotjaments, desplaçaments ni material individual



info@torb.club

93 825 70 16 | 667 563 606

www.torb.club

TEMPORADA 24/25