

TECNIFICACIÓ PIRAGÜISME ADULTS 2026



NIVELL PERFECCIONAMENT I (Dijous)

Si heu realitzat un curs d'iniciació amb l'AEPallars amb anterioritat.

19 sessions (del 07/05/2026 al 19/09/2026). PREU= 400€

- Les sessions del setembre es faran els dissabtes per a poder fer descensos al tram de dalt.

PROGRAMACIÓ

Nº SESSIÓ	DIA	HORARI	PROGRAMACIÓ
1	07/05/26	15:30-18:00h	Recordatori i perfeccionament factors interns + kayak polo + esquimos
2	14/05/26	15:30-18:00h	Recordatori i perfeccionament maniobres bàsiques al camp eslàlom
3	21/05/26	15:30-18:00h	Bassa: palades conducció avançades + combinacions de palada + esquimos
4	28/05/26	15:30-18:00h	Camp eslàlom: Lectura d'aigua + trajectòries bàsiques.
5	04/06/26	15:30-18:00h	Recordatori i perfeccionament maniobres bàsiques (stop, toma i bac)
6	11/06/26	15:30-18:00h	Bassa: parades interiors + combinacions de + portes en pla + esquimos
7	18/06/26	15:30-18:00h	Camp eslàlom: Lectura d'aigua + trajectòries bàsiques
	25/06/26	No sessió	
8	02/07/25	15:30-18:00h	Seguretat. Natació + tècniques autorescat i esquimo
9	09/07/26	15:30-18:00h	Descens Gerri de la Sal - Figuereta.
10	16/07/26	15:30-18:00h	Tècnica camp d'eslàlom (Baixades trajectòries llargues).
11	23/07/26	15:30-18:00h	Tècnica camp d'eslàlom (Caiac cross)
12	30/07/26	15:30-18:00h	Descens Gerri de la Sal - Figuereta.
13	06/08/26	15:30-18:00h	Tècnica camp d'eslàlom.
14	13/08/26	15:30-18:00h	Descens Sort - Baro.
15	20/08/26	15:30-18:00h	Sessió camp d'eslàlom amb vídeo + correcció final.
16	27/08/26	15:30-18:00h	Expression Session (maniobres complexes)
17	05/09/26	10:00-12:30h	Dissabte: Descens Llavorsi-Rialp
18	12/09/26	10:00-12:30h	Dissabte: Descens Llavorsi-Rialp
19	19/09/26	10:00-12:30h	Dissabte: Descens i valoració final

PREU INCLOU :

- Tècnics esportius de nivell II-III de piragüisme.
- Material tècnic : piragua, armilla salvavides, casc, pala i cobrebanyeres.
- Desplaçaments als descensos. Assegurança RC i costos de gestió.
- Assegurança d'accidents (només durant les hores del curs).

*Si algú necessita una altra forma de pagament o alguna assegurança d'accidents personal, que es posi en contacte amb l'oficina del club.

En cas de no finalitzar el curs per lesió, malaltia, motiu personal o qualsevol causa aliena al club, l'AEPallars no retornarà l'import del mateix. Els anteriors motius tampoc eximeixen a l'alumne/a del pagament de les quotes pendents en el cas d'haver sol·licitat el pagament fraccionat. Us recordem que l'Associació Esportiva Pallars és una entitat sense ànim de lucre i que el soci, com a tal, gaudeix d'uns preus més econòmics degut a que els imports i el calendari dels cursos es calculen amb setmanes d'antelació i amb un marge de beneficis mínim o inexistent.