

# CORSO BASE

5 lezioni  
€ 150

**LEZIONE 1)** apprendimento tecniche di base ed esercitazioni

**LEZIONE 2)** ripasso tecniche di base e mini uscita

**LEZIONE 3)** escursione 1

**LEZIONE 4)** escursione 2

**LEZIONE 5)** escursione 3

Durante il CORSO BASE si acquisiscono le **competenze necessarie** per affrontare qualsiasi **percorso pianeggiante**.

Le lezioni hanno la durata di circa **1h e 30min**.

Le escursioni prevedono una **distanza tra i 5km e i 7km**.