

Tutte le attività della sezione si tengono presso la **Sede Nautica** in via Don Boschetti 1 (c/o Ponte della Ferrovia). I partecipanti devono avere una discreta capacità natatoria. Tutti i corsi sono tenuti da **tecnici abilitati dalla Federazione Italiana Canoa Kayak**. Le quote di partecipazione **comprendono l'uso del materiale nautico** (canoa, pagaia e giubbotto salvagente).

Chi intende partecipare **solo a uno dei Corsi over 18 – settembre o solo alle Lezioni private** può usufruire del **tesseramento CUS a quota ridotta** (€ 10,00). Nel caso in cui l'iscritto intendesse proseguire l'attività anche nei mesi successivi iscrivendosi a uno dei corsi annuali, egli dovrà effettuare il passaggio al tesseramento a quota intera versando la somma di € 20,00 a titolo di integrazione. **Tale versamento può essere effettuato solo allo sportello.**

La **quota di partecipazione universitari** si riferisce agli studenti, ai dottorandi e ai dipendenti dell'Università di Pavia. Per gli studenti di **Scienze motorie** si rimanda a quanto indicato alla pagina [Tesseramento e Iscrizioni](#).

CORSI OVER 18 – SETTEMBRE

Questi corsi si rivolgono a persone che non hanno mai avuto precedenti esperienze. Il programma prevede l'insegnamento della pagaia e delle tecniche di base per poter condurre in sicurezza il kayak su acque ferme o in presenza di debole corrente.

CANOA – KAYAK CORSO BASE SERALE

Periodo: dal 9 settembre 2025 al 2 ottobre 2025

Frequenza: martedì e giovedì dalle 18:30 alle 20:00

Tecnici: Alessandro Villa, Alessandro Marzani e Marco Violini

Quota di partecipazione universitari: € 90,00

Quota di partecipazione esterni: € 120,00

CANOA – KAYAK CORSO BASE PAUSA PRANZO

Periodo: dal 9 settembre 2025 al 2 ottobre 2025

Frequenza: martedì e giovedì dalle 12:40 alle 13:50

Tecnici: Maurizio Dipietro e Mauro Benedetti

Quota di partecipazione universitari: € 90,00

Quota di partecipazione esterni: € 120,00

CORSI OVER 18 – ANNUALI

Questi corsi si rivolgono sia ai neofiti sia a chi già sa praticare la disciplina. Nel periodo invernale (ottobre-marzo) l'attività si svolge in palestra ed è finalizzata al miglioramento delle capacità condizionali e all'insegnamento/affinamento della tecnica di pagaia grazie all'utilizzo di simulatori al coperto (pagaierometri). A settembre e nel periodo aprile-luglio l'attività si svolge sul fiume: in questi mesi il corso si divide in tre gruppi: per il primo gruppo, dedicato ai neofiti, il programma si incentra sull'insegnamento della pagaia e delle tecniche di base per condurre il kayak su acque ferme o in presenza di debole corrente; gli allievi del secondo gruppo, di livello più avanzato, acquisiscono tutte quelle competenze tecniche per navigare in sicurezza il Ticino; per il terzo gruppo l'insegnamento è incentrato sulla conduzione del kayak da discesa e sull'ottimizzazione della pagaia. A fine stagione coloro che intendono acquisire la Certificazione Pagaia Azzurra possono partecipare a un breve ciclo di lezioni dedicate all'apprendimento delle competenze necessarie per acquisire la certificazione TK2. Infine il corso per studenti universitari si distingue per una maggiore intensità nella preparazione ed è soprattutto adatto a quei soggetti che intraprendere un programma di allenamento più incentrato sulla prestazione.

CANOA – KAYAK CORSO per STUDENTI UNIVERSITARI

Periodo: dal 15 settembre 2025 al 30 luglio 2026

Frequenza Settembre: lunedì e mercoledì (in acqua) dalle 19:00 alle 20:30; giovedì (in palestra) dalle 20:00 alle 21:30.

Frequenza Ottobre / Marzo: lunedì dalle 19:00 alle 20:30; martedì e giovedì dalle 20:00 alle 21:30.

Frequenza Aprile / Luglio: lunedì e mercoledì (in acqua) dalle 19:00 alle 20:30; giovedì (in palestra) dalle 20:00 alle 21:30.

Tecnici: Mirco Daher e Matteo Brognara

Quota di partecipazione studenti universitari: € 330,00

>>Quota di partecipazione studenti universitari (DA GENNAIO): € 240,00

CANOA – KAYAK CORSO SERALE per ADULTI

Periodo: dal 9 settembre 2025 al 30 luglio 2026

Frequenza: martedì e giovedì

Settembre: dalle 18:30 alle 20:00 (in acqua)

Ottobre/Marzo: dalle 19:00 alle 20:30 (in palestra)

Aprile: dalle 18:30 alle 20:00 (in acqua)

Maggio/Luglio: dalle 19:00 alle 20:30 (in acqua)

Tecnici: Alessandro Villa, Alessandro Marzani e Marco Violini

Quota di partecipazione universitari: € 330,00

Quota di partecipazione esterni: € 440,00

>>Quota di partecipazione universitari (DA GENNAIO): € 240,00

>>Quota di partecipazione esterni (DA GENNAIO): € 320,00

CANOA – KAYAK CORSO PAUSA PRANZO per ADULTI

Periodo: dal 9 settembre 2025 al 30 luglio 2026

Frequenza: martedì e giovedì dalle 12:40 alle 13:50

Tecnici: Maurizio Dipietro e Mauro Benedetti

Quota di partecipazione universitari: € 330,00

Quota di partecipazione esterni: € 440,00

>>Quota di partecipazione universitari (DA GENNAIO): € 240,00

>>Quota di partecipazione esterni (DA GENNAIO): € 320,00

CANOA – KAYAK PAGAIA AZZURRA e GRUPPO MASTER

Questa proposta è dedicata a chi è **in possesso della certificazione EPP Pagaia Azzurra** o ha un passato da atleta agonista. Essa dà la possibilità di effettuare le uscite in canoa per tutto l'anno in modo autonomo nei periodi di apertura dell'impianto, con imbarcazioni proprie o con gli appositi kayak messi a disposizione dal CUS. Nei mesi invernali gli iscritti possono unirsi alle attività in palestra proprie dei precedenti corsi annuali. La quota di partecipazione comprende il tesseramento alla Federazione Italiana Canoa Kayak necessario al mantenimento della certificazione Pagaia Azzurra. Sino ad esaurimento posti è possibile depositare presso l'impianto l'imbarcazione di proprietà (resta inteso che il CUS viene esonerato da ogni obbligo di custodia).

Periodo: dal 3 settembre 2025 al 31 luglio 2026

Frequenza: in acqua libera tutto l'anno, in palestra da ottobre a marzo: martedì e giovedì dalle 19:00 alle 20:30

Quota di partecipazione universitari: € 330,00

Quota di partecipazione esterni: € 440,00

>>Quota di partecipazione universitari (DA GENNAIO): € 240,00

>>Quota di partecipazione esterni (DA GENNAIO): € 320,00

CANOA – KAYAK LEZIONI PRIVATE

Le lezioni sono riservate a soci o esterni che, avendo già frequentato un corso, vogliono perfezionare la tecnica o ai principianti che non possono partecipare ai corsi di gruppo.

Per verificare eventuale disponibilità dell'istruttore e fissare giorno e ora delle lezioni è necessario contattare la sezione scrivendo una mail a canoe@cuspavia.org

Periodo: dal 1° settembre 2025 al 31 luglio 2026

Quota di partecipazione universitari:

1 ora € 35,00 - Pacchetto 6 lezioni da 1 ora € 180,00

Quota di partecipazione esterni:

1 ora € 40,00 - Pacchetto 6 lezioni da 1 ora € 200,00

I pacchetti e le lezioni singole acquistate dovranno essere utilizzati entro 90 giorni.

ATTIVITA' AGONISTICA

L'iscrizione a questa attività è riservata solo ai componenti (di età superiore ai 14 anni) della squadra agonistica i cui nominativi sono indicati dal Direttore Tecnico.

CANOA – AGONISTA

Periodo: dal 1° settembre 2025 al 31 agosto 2026

Direttore tecnico: Daniele Bronzini

Tecnico: Davide Marzani

Quota di partecipazione universitari: € 200,00

Quota di partecipazione esterni: € 350,00

>>Quota di partecipazione universitari (DA GENNAIO): € 130,00

>>Quota di partecipazione esterni (DA GENNAIO): € 240,00

CORSI UNDER 18

Nel periodo invernale il corso si tiene in palestra e prevede esercizi di preatletismo con lavori a corpo libero e per il più grandi esercizi propedeutici alle attività di potenziamento fisico. Dalla primavera le lezioni si terranno sul fiume dove verranno proposte uscite in canoa con programmi tarati in funzione dell'età.

CANOA – CORSO DI AVVIAMENTO dagli 8 ai 14 anni

Periodo: dall' 8 settembre 2025 al 31 luglio 2026

Frequenza: lunedì, mercoledì e venerdì dalle 16:30 alle 18:00

Tecnici: Daniele Bronzini e Davide Marzani

Quota di partecipazione: € 385,00

>>Quota di partecipazione (DA GENNAIO): € 300,00

CANOA – CORSO DI AVVIAMENTO dai 14 ai 19 anni

Impianto: Sede Nautica - Via Don Boschetti

Periodo: dal 9 settembre 2025 al 30 luglio 2026

Frequenza: martedì e giovedì dalle 16:30 alle 18:00

Tecnici: Daniele Bronzini e Davide Marzani

Quota di partecipazione: € 385,00

>>Quota di partecipazione (DA GENNAIO): € 300,00

PER TUTTI I CORSI UNDER 18 è prevista una riduzione della quota di partecipazione annuale di € 60,00 per ogni fratello o sorella ulteriormente iscritti.

I dipendenti e i familiari di primo grado di Fedegari S.p.a. beneficiano di quote scontate per tutte le proposte dietro presentazione della certificazione rilasciata dall'impresa.

Per informazioni  canoe@cuspavia.org