

SCUOLA CAMP – STAMBECCHI da 12 a 14 anni
BIONAZ
dal 8 al 14 LUGLIO 2024
e
dal 2 al 8 SETTEMBRE 2024

Immersi nella Natura delle Montagne della Valle d'Aosta, una settimana di divertimento e esperienza per imparare ad apprendere in Pein air e far crescere lo spirito di avventura

DESCRIZIONE

SCUOLA CAMP è un **percorso formativo di apprendimento** per imparare a conoscere se stessi e l'ambiente che ci circonda per muoversi con consapevolezza.

I nostri Camp non sono una semplice vacanza, ma un percorso formativo ed **educativo** grazie all'utilizzo del **metodo Outdoor Education**. "L'Outdoor Education é una varietà di esperienze pedagogiche caratterizzate da didattica attiva che si svolge in ambienti esterni alla scuola e che é impostata sulle caratteristiche del territorio e del contesto sociale e culturale in cui la scuola é collocata. (Bortolotti, 2019)

SCUOLA CAMP è un progetto nato per accogliere tutti i bambini e ragazzi delle scuole elementari, medie e superiori che durante i periodi di sospensione scolastica vogliono vivere un'esperienza aggregativa in un'avventura educativa nell'ambiente montano, guidati da personale altamente qualificato.

Sport e attività di montagna sono le tematiche fondamentali che SCUOLA CAMP propone e sulla base delle quali sono organizzati i contenuti delle attività.

Lo SCUOLA CAMP montagna e avventura è quindi un momento dedicato al apprendimento e all'attività fisica per tutti coloro che hanno il desiderio di muoversi, star bene, condividere e crescere insieme ai propri coetanei stando all'aria aperta.

Sette giorni di formazione e conoscenza del territorio montano, con pratica di attività sportive montane quali trekking con asini, escursioni, arrampicata, percorsi avventura con l'utilizzo di tecniche alpinistiche e attività a corpo libero, attività di movimento ed equilibrio, acroyoga, slackline, esercizi svolti in maniera divertente che lavorano su elementi come la fiducia e la sicurezza in se stessi.

ETÀ E CAMP

- Stambecchi da 12 a 14 anni

Ogni attività della Scuola di Montagna nasce con l'intento di diffondere la **filosofia Esprisarvadzo, imparare a conoscere se stessi e l'ambiente che ci circonda per muoversi consapevolmente.**

L'obiettivo è di formare i partecipanti e renderli capaci di comprendere l'ambiente che si trovano a percorrere capendo come affrontare ogni possibile difficoltà, sia esso in montagna o in un'altra realtà considerata outdoors.

DETTAGLI DEL PRODOTTO

PRIMO GIORNO

- Ore 9:00 Ritrovo a Bionaz campeggio Lago Lexert nel luogo concordato, conoscenza tra i vari partecipanti e l'organizzazione e presentazione delle attività
- Ore 10:00 Installazione nelle strutture per il pernottamento
- Ore 12:30 Pranzo
- Ore 14:00 Attività di conoscenza, creazione del gruppo, creazione della carta d'identità del: baby marmotta, camoscio, stambecco, gipeto.
- Ore 15:30 Attività Outdoor
- Ore 19:30 Cena

SECONDO GIORNO

- Ore 7:30 Colazione
- Ore 8:00 Giochi con esercizi di coordinazione equilibrio e movimento
- Ore 9:00 Attività Outdoor
- Ore 12:30 pranzo
- Ore 14:00 Giochi di ruolo sulla fiducia
- Ore 15:30 Attività Outdoor
- Ore 19:00 Cena
- Ore 23:00 Chiacchierata intorno al fuoco (se il tempo lo permette)

TERZO GIORNO

- Ore 7:30 Colazione
- Ore 8:00 Percorso con giochi di coordinazione
- Ore 9:00 Attività Outdoor
- Ore 12:30 pranzo
- Ore 14:00 Attività Outdoor
- Ore 16:00 "giocando si impara", attività ludiche in natura per rafforzare e potenziare attenzione, memoria ed apprendimento
- Ore 19:00 Cena
- Ore 21:00 Escursione notturna

QUARTO GIORNO

- Ore 7:30 Colazione
- Ore 8:00 Giochi con esercizi di coordinazione equilibrio e movimento
- Ore 9:00 Attività Outdoor
- Ore 12:30 Pranzo
- Ore 14:00 Attività Outdoor

- Ore 16:00 "giochiamo con le emozioni" attraverso le attività sportive proposte i ragazzi potranno mettersi in gioco in un contesto protetto. Attività di confronto e rielaborazione delle emozioni emerse durante il percorso.
- Ore 19:00 cena

QUINTO GIORNO

- Ore 7:30 Colazione
- Ore 8:30 Ritrovo a Bionaz nel luogo concordato e controllo del materiale e trasferimento in pulmino a Place Moulin 2000 m.
- Ore 9:30 Partenza per il rifugio Nacamuli, durante il tragitto prove pratiche di utilizzo della carta topografica e del gps
- Ore 11:30 Giochi di movimentazione in cordata
- Ore 12:30 Pranzo al sacco
- Ore 16:00 Arrivo al rifugio Nacamuli
- Dalle ore 17:00 alle ore 18:30 Conoscenza del rifugio e sua gestione
- Ore 19:00 Cena in rifugio
- Ore 21:00 Rappresentazione teatrale delle attività svolte nella giornata

Dati della Tappa del quinto giorno

Tappa: Place Moulin 1980 m - rifugio Prarayer 2005 m - Rifugio Nacamuli 2828 m

Tempo gita: 5 ore

Dislivello positivo: m 848

Dislivello negativo: m 60

Pernottamento: Rifugio Nacamuli 2828 m

Note

- Durante il percorso e i tour ci saranno delle pause nei punti d'interesse e dei momenti dedicati ad attività di apprendimento e conoscenza.
- I tempi di percorrenza delle tappe sono riferiti ai momenti di marcia escluse le pause.

SESTO GIORNO

- Ore 7:30 Colazione
- Ore 8:00 Percorso con giochi di coordinazione
- Ore 9:00 Attività Outdoor
- Ore 13:00 Pranzo
- Ore 14:30 Partenza per rientro a valle
Durante il tragitto di rientro attività e giochi di avvicinamento all'alpinismo
- Ore 17 :30 Arrivo a Place Moulin e trasferimento in auto a Bionaz
- Ore 19:30 Cena
- Ore 23:00 Chiacchierata intorno al fuoco (se il tempo lo permette)

Dati della Tappa

Tappa: Rifugio Nacamuli 2828 m - rifugio Prarayer 2005 m - Place Moulin 1980 m

Tempo gita: 4 ore

Dislivello positivo: m 60

Dislivello negativo: m 848

Note

- Durante il percorso e i tour ci saranno delle pause nei punti d'interesse e dei momenti dedicati ad attività di apprendimento e conoscenza.

- I tempi di percorrenza delle tappe sono riferiti ai momenti di marcia escluse le pause.

SETTIMO GIORNO

- Ore 7:30 Colazione
- Ore 8:00 Giochi con esercizi di coordinazione equilibrio e movimento
- Ore 9:00 Attività Outdoor
- Ore 12:30 Pranzo
- Ore 14:00 Giochi e attività ripassando il lavoro svolto nella settimana e attività con i genitori
- Ore 16:00 Ripristino bagagli per la partenza
- Ore 17:30 Aperitivo di fine settimana, confronto tra partecipanti e organizzatori.

VARIAZIONE DI PROGRAMMA

In caso di mal tempo o condizioni non idonee a garantire la sicurezza dei partecipanti, l'organizzazione si riserva la possibilità di cambiare il programma.

ATTIVITÀ OUTDOOR

Durante le ore di attività Outdoor si svolgeranno le seguenti attività che si alternano nelle varie giornate a seconda delle condizioni metereologiche.

- Giochi con esercizi di coordinazione equilibrio e movimento
- Giochi di Orientamento
- Attività di corsa in montagna e Trail
- Arrampicata in falesia
- Avvicinamento all'alpinismo
- Arrampicata Boulder
- Giochi di movimentazione in cordata
- Slackline e approccio all'Hightline
- Giochi di abilità equilibrio, yoga e acroyoga.
- Percorso mtb e Bike trial
- prove pratiche di utilizzo della carta topografica e del gps
- Esperienza in natura e gestione degli asini (trekking) e creazione di un campo tenda

EQUIPAGGIAMENTO E ABBIGLIAMENTO RICHIESTO

L'abbigliamento deve essere comodo e a strati sovrapponibili (a cipolla) a seconda della temperatura e delle condizioni meteo.

VESTIARIO

Occhiali da sole(prot 4) • Maglietta • giacca a vento impermeabile da montagna, • pantalone da montagna • guanti leggeri • Guanti pesanti da montagna • biancheria intimo termico (ricambio) • Calze da montagna (consigliato un ricambio) • Berretto • Piumino leggero • Passamontagna • Cappello per il sole, • Maglione o felpa da montagna • *Passamontagna.

MATERIALE TECNICO PERSONALE

Zaino 30/35 litri • Scarponcini da trekking o scarponi • bastoni da trekking regolabili

Nota: Per il materiale tecnico personale, possibilità di noleggio attrezzatura con negozi convenzionati.

MATERIALE VARIO

****Sacco lenzuolo o sacco a pelo • Bottiglia d'acqua 1,5 lt • Termos per bevande calde • Crema solare • *Kit pronto soccorso • Lampada frontale (con batterie diricambio) • Asciugamano • Kit emergenza (cacciavite, brugola, coltellino, nastro) • *Bussola • *Carta topografica della zona**

*consigliato non obbligatori

**** solo nel caso ci sia pernottamento in bivacco o rifugio o in tenda**

LIVELLO RICHIESTO

Stambecchi da 12 a 14 anni

Capacità fisica richieste: Con capacità fisica Buona 4-6 ore di marcia al giorno per due giorni consecutivi, con dislivello di 250 m/h e 600-800 al giorno.

Capacità tecnica richieste: Una discreta capacità nel muoversi in sentieriescursionistici di montagna, sentieri classificati come E (Escursionistico)

ACCOMPAGNATORE PROFESSIONISTA

Guida Alpina abilitata UIAGM; Guida escursionistica; Istruttore di Acroyoga; Educatore.

Durante il camp è previsto un **Tutoraggio e supervisionedi** un esperto per il supporto dei ragazzi e bambini all'apprendimento e alla **gestione delle emozioni**.

COSTI E ISTRUZIONI

TARIFFA

FULL CAMP Formula tutto compreso

€ 1190 7 giorni / 6 notte

DAY CAMP Formula senza vitto alloggio (Pranzi inclusi).

€ 810 7 giorni / 6 notte

INCLUSO NELL'OFFERTA

- Accompagnamento ed insegnamento da parte della Guida Alpina abilitata UIAGM, Guida Escursionistica, Istruttore di arrampicata, Educatore.
- Pensione completa per tutto il camp (formula Full Camp).
- Uso dell'attrezzatura comune, degli imbraghi, dei caschi, dei ramponi, delle corde.
- Assicurazione RC
- Rilascio attestato di partecipazione.

ESCLUSO DALL'OFFERTA

- extra personali (bevande, ecc...)
- Trasferimenti in auto fino al punto di ritrovo ed al punto di partenza degli itinerari.
- Tutto quanto non indicato nella voce incluso nell'offerta

NUMERO PARTECIPANTI

8 persone per gruppo