



**Conoscere e fare sport attraverso la disciplina del rafting
Progetto "OUTDOOR"**

Rieti: Venerdì 20 Ottobre 2017

Programma e calendario del corso

Località: Rieti (RI) – Località Pian De Rosce (Terminillo)

Tipologia corso: Interregionale

Durata complessiva: 1 giorno : 20 Ottobre 2017 (6 ore)

Quota di partecipazione prevista: gratuita per i partecipanti + pranzo convenzionato

Destinatari distinti per ordine e grado di scuola: primaria e secondaria di 1° e 2° grado

Lezioni frontali: ore 1,30

Esercitazioni pratiche: ore 4,30

Materiali didattici utilizzati: video-proiettore, attrezzatura ed abbigliamento tecnico da rafting.

Scadenza presentazione domande di adesione al corso: 15 Ottobre 2017

Le domande devono pervenire all'indirizzo email roma.acquavventura@gmail.com

Per info cell. 349/5532284



Programma dettagliato

Il corso di orienteering si svolgerà partendo dal parcheggio in località Pian de Rosce. L'attività sportiva fluviale sarà invece effettuata vicino la città di Rieti sul fiume Velino.

- ore 9.00: ritrovo presso località Pian de Rosce, presentazione del corso e dei docenti e consegna dei questionari d'entrata.
- Ore 10:00: breve briefing introduttivo alla disciplina dell'orienteering e consegna dei materiali.

Attività all'aperto:

- Corso di orientamento nei boschi con guida.
- Ore 13:00: trasferimento per il pranzo in struttura convenzionata.

Attività in fiume:

- Ore 14.30: lezione teorico pratica di soccorso fluviale.
- Ore 16:00: discesa in rafting del fiume Velino fino alla città di Rieti.