



CORSO DI AGGIORNAMENTO "RAFTING, SPORT FLUVIALI E SICUREZZA IN FIUME"

Venerdì 6 settembre 2024

Centro Canoa Rafting Monrosa - Balmuccia (Valsesia)

via Roma, n. 1

Programma dettagliato e calendario dei lavori

Località: Balmuccia VC

Tipologia corso: Interregionale

Durata complessiva: ore 6

Quota di partecipazione prevista: gratuita per i partecipanti

Destinatari distinti per ordine e grado di scuola: Secondaria di 2° grado

Lezioni frontali: ore 1,30

Esercitazioni pratiche: ore 4,30

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

Scadenza presentazione domande di adesione al corso: 2 settembre 2024

Il corso di rafting si svolgerà presso il Centro Canoa Rafting Monrosa, che si trova a Balmuccia (Valsesia), in via Roma, 1. L'attività sportiva fluviale sarà effettuata nel tratto del fiume Sesia nelle immediate vicinanze.

Attività in aula:

- ore 9.00: ritrovo presso il Centro Canoa Rafting Monrosa, presentazione del corso e dei docenti. Breve presentazione dei partecipanti e delle loro aspettative, consegna di questionari inerenti all'attività in programma. Panoramica sul rafting e sugli sport fluviali (storia, organizzazione, materiali) e illustrazione dell'ambiente fluviale, delle sue caratteristiche e dei potenziali rischi ad esso connessi, con nozioni basilari di idrodinamica e di sicurezza fluviale.

Attività in fiume:

- Ore 10.30: vestizione. Ai partecipanti sarà consegnato l'abbigliamento tecnico necessario per partecipare all'attività pratica in fiume (muta, casco e salvagente). I partecipanti dovranno portare solo alcuni indumenti personali che saranno bagnati: scarpe da ginnastica, calze di lana, costume, maglia termica a maniche lunghe e l'occorrente per la doccia;
- Ore 10.45: briefing di preparazione all'esperienza fluviale. Saranno fornite tutte le informazioni necessarie per svolgere l'attività in sicurezza: descrizione del percorso, tecnica di base e norme di sicurezza;
- ore 11.15:
escursione fluviale di media difficoltà con attività pratiche di salvamento, accompagnati da Istruttori qualificati;
- ore 13.30 rientro al Centro Canoa Rafting Monrosa (il trasporto sarà effettuato con i pullmini dell'organizzazione).
- ore 13.30/14.30 pausa pranzo.

Attività in aula:

- ore 14.30: approfondimento sull'attività svolta ed illustrazione delle possibilità di organizzare esperienze di sport fluviali con gruppi scolastici;
- ore 16.00 compilazione questionario di uscita e restituzione;
- ore 16.30 termine del corso e consegna dei diplomi di partecipazione.