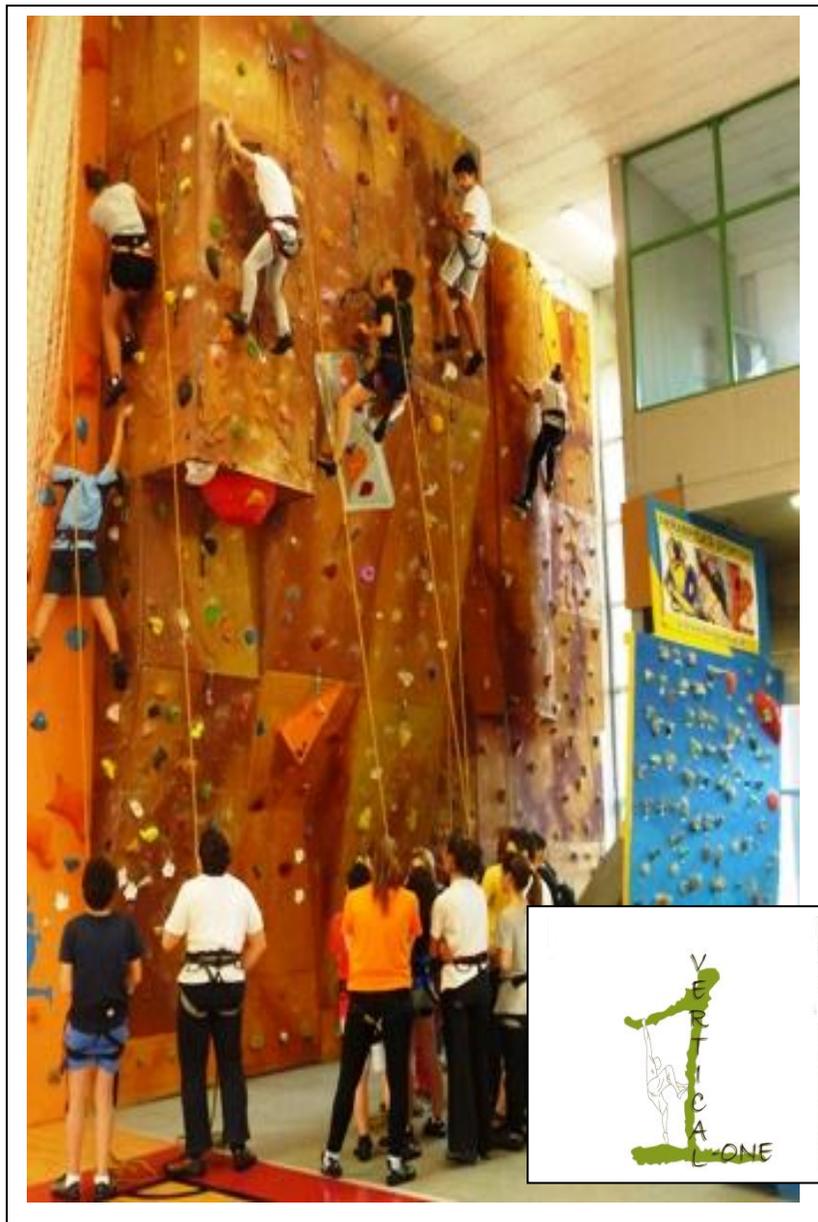


Stage scolastico Arrampicata

Per ragazzi/e delle scuole medie/superiori - da novembre una volta a settimana dalle 18,30 alle 20,00



Roberto Parolari

GUIDA ALPINA

Extrem Outdoor Adventures



Questa proposta si articola in un percorso che si sviluppa durante tutto l'anno scolastico. L'arrampicata diventa un'attività sportiva da esercitare in modo continuativo alla stregua di tutte le altre attività sportive. L'arrampicata con la corda sviluppa nei ragazzi l'abilità psico-fisica, consolida il rapporto con i propri compagni che imparano reciprocamente a farsi "sicura". Nel boulder invece si lavora più in direzione dello sviluppo e crescita della potenza muscolare. Alternando e abbinando le due cose, a fine stagione i ragazzi avranno acquisito capacità tecniche/muscolari che ci daranno la possibilità di effettuare uscite post scolastiche, in palestre naturali (falesie) di arrampicata per poter mettere in pratica sulla "roccia" quanto appreso durante tutto il periodo invernale.

Costo della proposta € 60,00 al mese più € 20,00 per tessera VerticalOne

L'attrezzatura necessaria è data in uso durante tutto il periodo di frequenza

Info: Guida Alpina Parolari Roberto

www.guidaalpinarobi.it e-mail info@guidaalpinarobi.it

cell. 335/8339653

L'attività viene svolta alla palestra

VerticalOne



a Cogozzo in via Bernocchi n° 69 presso il centro sportivo Comunale