



GIORNATA DI FORMAZIONE DI RAFTING

Venerdì 23 aprile 2027

Centro Canoa Rafting Monrosa - Balmuccia (Valsesia) - via Roma, n. 1

Programma dettagliato e calendario dei lavori

L'A.S.D. Centro Canoa Rafting Monrosa, in collaborazione con l'Ufficio Scolastico della Lombardia e del Piemonte e con la Federazione Italiana Rafting, organizza una giornata di formazione gratuita su rafting, sport fluviali e sicurezza in fiume, riservata agli insegnanti delle scuole secondarie di primo e secondo grado.

Il corso si svolgerà presso il Centro Canoa Rafting Monrosa, che si trova a Balmuccia (VC - Valsesia) in via Roma 1.

L'attività sportiva fluviale sarà effettuata in un tratto di fiume nelle immediate vicinanze.

I referenti per la giornata di formazione sono i docenti:

- **Piero Arcostanzo**, docente di Scienze Motorie, Maestro di Rafting e Canoa, Istruttore di Hydrospeed
- **Uberto Liuzzo**, docente di Scienze Motorie, Istruttore Rafting e Istruttore di Canyoning.

Per l'attività in fiume i docenti saranno coadiuvati da Istruttori qualificati dalla Federazione Italiana Rafting.

Finalità generali:

- Presentare ai docenti il rafting e gli altri sport fluviali (hydrospeed, canyoning, canoa e kayak);
- Fornire indicazioni e strumenti per vivere il fiume in sicurezza, utili sia in contesto sportivo che in situazioni turistiche e ricreative;
- Presentare gli aspetti educativi che queste attività possono offrire.

Saranno illustrati i loro valori formativi, considerandone le componenti psicologiche, relazionali e motorie. In particolare, verrà dato risalto al grande spirito di collaborazione che, oltre ad essere fondamentale per la buona riuscita degli sport fluviali, risulta importantissimo per la crescita degli adolescenti.

Obiettivi specifici:

la giornata di formazione prevede un'esperienza pratica fluviale integrata da spiegazioni teoriche e si prefigge di:

- fornire tutte le indicazioni comportamentali necessarie per vivere il fiume in sicurezza;
- insegnare tecniche di salvamento specifiche di questi sport, utili anche in altri contesti di frequentazione dell'ambiente fluviale, attraverso spiegazioni ed esercitazioni pratiche;
- fornire le informazioni relative ai materiali da utilizzare nel rafting e nelle varie discipline fluviali;
- far sperimentare una discesa fluviale di difficoltà adeguata, accompagnati da Istruttori qualificati, per farne comprendere gli aspetti istruttivi e socializzanti;
- fornire le indicazioni necessarie all'organizzazione di uscite didattiche/viaggi d'istruzione che abbiano come tema l'avvicinamento agli sport fluviali.

PROGRAMMA

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: discesa rafting di media difficoltà. Per l'attività fluviale il gruppo di docenti sarà suddiviso in equipaggi da 6 persone, ogni equipaggio sarà accompagnato da un Istruttore della Federazione Italiana Rafting.

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. Debriefing e compilazione questionario in uscita;

ore 16.00: termine del corso e consegna dei diplomi di partecipazione.

Per partecipare alla Giornata di Formazione "Rafting, Sport Fluviali e Sicurezza in fiume" sarà necessario inviare la scheda d'iscrizione all'indirizzo mail info@monrosarafting.it entro lunedì 19/04/2027.

Per ulteriori informazioni: Prof. Piero Arcostanzo 0163 75298 - 347 3200303