



PROGETTO **Ri-ATTIVIAMOCI!**

PERCHE' E' NATO QUESTO PROGETTO?

L'obiettivo di questo progetto è diffondere tra i giovani la cultura dello sport e del benessere derivante dall'attività motoria e dal contatto con la natura. Guide Alpine e Maestri MTB accompagneranno i giovani alla scoperta del loro territorio e delle attività outdoor che vi si possono praticare, imparando ad affrontarle con il giusto approccio, conoscenze ed equipaggiamento.

Crediamo che la passione per la montagna, che è sempre stata un elemento di unione, condivisione e custode di tradizioni e racconti, possa permettere ai ragazzi di conoscere il loro territorio, apprezzarlo ed essere consapevoli di come valorizzarlo e rispettarlo.

Le attività andranno ad interessare più comuni dell'Altopiano, spostandoci in bici o con mezzi pubblici (impianti, autobus ecc) raggiungeremo luoghi di interesse culturale/naturalistico e impareremo come muoverci in sicurezza nel pieno rispetto dell'ambiente che ci circonda, accompagnati da professionisti della montagna che vivono e operano sul territorio con passione e dedizione, che sapranno trasmettere al meglio questi valori ai ragazzi.

A CHI E' RIVOLTO?

Bambini e ragazzi da 11 a 35 anni residenti sull'Altopiano della Paganella.

PROGRAMMA:

1. **Uscita in MTB a Fai della Paganella**, visita al museo M.A.S. (Museo Arti Saperi) ed al sito archeologico Dos Castel, spostandoci in MTB utilizzando impianti di risalita e sentieri.

ETA': 11-17 anni

DATA e LUOGO: Domenica 19 giugno 9.00-17.00 partenza da ANDALO Via Priori 14

ATTREZZATURA NECESSARIA: MTB, casco, zainetto con borraccia, pranzo al sacco e k-way

CONTRIBUTO RICHIESTO: 10€

2. **Uscita in MTB a Molveno**, visita alla vecchia segheria e alla stazione del Soccorso Alpino dove verrà spiegato da un soccorritore come il CNSAS opera sul territorio e come prevenire e gestire un'emergenza in montagna, rientro utilizzando impianti di risalita.

ETA': 11-17 anni

DATA e LUOGO: Domenica 3 luglio 9.00-17.00 partenza da ANDALO Via Priori 14

ATTREZZATURA NECESSARIA: MTB, casco, zainetto con borraccia, pranzo al sacco e k-way

CONTRIBUTO RICHIESTO: 10€

3. **Uscita a San Lorenzo in Banale** in autobus dove la Guida Alpina insegnerà le tecniche di arrampicata e via Ferrata. Approfondiremo inoltre come orientarci e leggere una mappa.

ETA': 11-17 anni

DATA e LUOGO: Domenica 7 agosto 9.00-17.00 partenza da ANDALO Via Priori 14

ATTREZZATURA NECESSARIA: Zainetto con borraccia, pranzo al sacco e k-way, imbrago e caschetto (per chi non li ha, verranno forniti dalla Guida)

CONTRIBUTO RICHIESTO: 10€

4. **Uscita 2gg in Brenta | Trekking + Via Ferrata** accompagnati dalle Guide Alpine con pernottamento in rifugio. Oltre a imparare come pianificare e svolgere in sicurezza un'escursione, l'obiettivo sarà scoprire la vita al rifugio, dove tutte le risorse sono un bene prezioso e faticoso da ottenere e nulla va sprecato. In un ambiente senza tecnologia, riscopriremo la semplicità di una serata di condivisione intorno al fuoco.

ETA': 18-35 anni

DATA e LUOGO: Weekend 17-18 settembre

ATTREZZATURA NECESSARIA: Zaino, borraccia, pranzo al sacco, vestiti di ricambio, imbrago + casco + set ferrata (possibilità di noleggio)

CONTRIBUTO RICHIESTO: 35€ (compreso pernottamento e prima colazione)

LIVELLO di ESPERIENZA RICHIESTA:

- **MTB** sufficiente buona confidenza di guida su strada sterrata, buona gestione dei freni e dimestichezza nell'uso del cambio. Non ci saranno distanze e salite impegnative, non è quindi necessario essere particolarmente allenati.

> Uscita a FAI - circa 14 km con 250 m di dislivello positivo, da percorrere in una giornata intera e utilizzando gli impianti di risalita per guadagnare quota sia all'andata che al ritorno.

> Uscita a MOLVENO - circa 14 km con 200 m di dislivello positivo, da percorrere in una giornata intera e utilizzando gli impianti di risalita per guadagnare quota al ritorno.

- **ARRAMPICATA/FERRATA** non è necessaria esperienza nella pratica dell'arrampicata su roccia, sufficiente buona propensione agli sport di montagna e al contatto con l'ambiente

- **WEEKEND TREKKING + FERRATA** sufficiente esperienza base di escursioni/trekking su sentiero e buona propensione agli sport di montagna al contatto con l'ambiente.

ISCRIZIONI:

- E' possibile prenotarsi per una o più uscite a scelta, compilando il modulo dedicato per ogni uscita a cui si intende partecipare.

- Moduli iscrizione online sul sito www.paganellabikeacademy.com >> **OUTDOOR ACADEMY**

- Il numero di posti per ciascuna giornata è limitato.

NOTE:

- Il programma potrà subire leggere variazioni a discrezione della Guida / Maestro

- In caso di maltempo le uscite saranno posticipate a data da definire

- Il progetto ri-ATTIVIAMOCI! è finanziato dalla Provincia Autonoma di Trento, Politiche Giovanili, Piano Giovani di Zona-Paganella Giovani, Comunità di Valle, Comuni dell'Altopiano della Paganella e Paganella Outdoor Academy