CAMPO SCUOLA VELICO-INTERDISCIPLINARE FORMIA
Progetto "UN'AULA TRA STORIA, VENTO e MARE"
4 giorni in pullman
21-24 APRILE 2020

Totale euro 300,00

1° GIORNO: ROMA / MONTE CASSINO / FORMIA

In mattinata incontro dei partecipanti al viaggio presso il luogo concordato con l'Istituto, sistemazione in pullman e partenza per Monte Cassino. Arrivo e visita guidata di questo luogo che attorno all'anno 529, San Benedetto da Norcia stabilì su questo rilievo il proprio primo monastero, dal quale derivò l'ordine benedettino. Durante la seconda guerra mondiale, il luogo divenne celebre come teatro dell'omonima battaglia di Montecassino, svoltasi nel 1944, e che provocò fra l'altro la distruzione del complesso a causa dei bombardamenti alleati. L'abbazia (ingresso escluso) fu successivamente ricostruita dopo la fine del conflitto. Pranzo libero. A seguire proseguimento per Formia. Arrivo presso l'**Hotel Bajamar 4******, incontro con i nostri operatori specializzati e presentazione del campo scuola con tutte le attività da svolgere. Sistemazione nelle
camere riservate. Pranzo a carico dei partecipanti. Nel pomeriggio divisione del gruppo: inizio delle attività in spiaggia (windsurf teoria e pratica, sup, beach-volley, beach-tennis, beach-soccer, badminton) con relativa consegna dell'abbigliamento tecnico (muta, giubbino di galleggiamento, ecc). Rientro in hotel, cena e pernottamento. Discoteca interna all'hotel nel dopocena.

2° - 3° GIORNO: FORMIA

- Sveglia ore 08h30.
- Ore 09h00 Prima colazione a buffet.
- Ore 09h30 Risveglio muscolare ed inizio delle attività teoriche e pratiche di windsurf e sup; a rotazione visita guidata Parco di Gianola e Monte di Scauri accompagnati dalla guida archeologica/naturalistica fino all'interno del parco dove si potranno ammirare i resti di un antico Porto Romano e Parco avventura sospeso.
- Ore 13h00 Pranzo in hotel.
- Ore 14h30 Relax.
- Ore 16h00 Inizio delle attività a rotazione di: mountain-bike, tiro con l'arco, beach volley e beach soccer.
- Ore 18h30 Tempo dedicato alla doccia e all'igiene personale.
- Ore 20h30 Cena.
- Ore 21h30 Proiezione video clinic delle attività svolte o discoteca interna all'hotel.
- Ore 23h30 Si va tutti a dormire.

4° GIORNO: FORMIA / CENTRO TECNICO FEDERALE / ROMA

- Sveglia ore 08h30.
- Ore 09h00 Prima colazione a buffet.
- Ore 09h30 Risveglio muscolare ed inizio delle attività teoriche e pratiche di windsurf e sup; a rotazione visita guidata Parco di Gianola e Monte di Scauri accompagnati dalla guida archeologica/naturalistica fino all'interno del parco dove si potranno ammirare i resti di un antico Porto Romano e Parco avventura sospeso.
- Ore 13h00 Pranzo in hotel.
- Ore 14h30 Consegna degli attestati di partecipazione al Progetto "Un'aula tra storia, vento e mare", saluti e ringraziamenti.

Al termine, sistemazione in pullman e partenza per la visita guidata al Centro Tecnico Federale (ingresso incluso). Al termine proseguimento per Roma con arrivo previsto in serata.

ORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITA'

PARTE 1 - TECNICA SPORTIVA

- IL WINDSURF: le lezioni si suddivideranno in teoriche e pratiche; grazie anche all'ausilio di esperti istruttori e di simulatori a terra i ragazzi avranno, dopo aver appresso come montare e armare la loro tavola a vela personale, la possibilità di provare l'adrenalina di condurre un windsurf in totale sicurezza e tranquillità, di effettuare le prime manovre base (strambata e virata) e di cominciare a capire la conduzione del windsurf in tutte le diverse andature.

- IL SUP (stand up paddling): molti di voi non avranno mai neppure sentito questa parola, ma vi possiamo assicurare che è davvero un'ottima cura per corpo e mente! Una tavola, una pagaia e tanta voglia di sport, fitness, divertimento e relax… Questo è lo Stand Up Paddle, una nuova dimensione per vivere l'acqua a 360 gradi! I ragazzi avranno sempre a disposizione la loro tavola personale e attenti istruttori che li condurranno alla scoperta di questo affascinante sport. Bordeggiando con il sup il parco acquatico di "Gianola e Monte di Scauri" i ragazzi avranno la possibilità di ammirare le bellezze archeologiche anche dal mare.

- MOUNTAIN-BIKE: questa disciplina non ha bisogno di presentazioni; tutti i ragazzi saranno forniti di tutte le dotazioni di sicurezza (caschi e protezioni) e avranno la possibilità di esplorare, insieme all'aiuto di istruttori e guide archeologiche il "Parco di Gianola e Monte di Scauri" e tutte le sue bellezze archeologiche e faunistiche in modo divertente e adrenalinico.

- IL PARCO SOSPESO: i parchi avventura, percorsi avventura o parchi acrobatici sono espressioni diverse dello stesso concetto: percorsi sospesi in aria, tra gli alberi o su altri supporti naturali o artificiali. Tramite cavi di acciaio, pedane sospese in legno e corde, l'utente può effettuare il percorso (più o meno lungo e difficile) in completa autonomia o sotto la supervisione di guide. A tutti viene impartito un breve insegnamento sulle tecniche di progressione e sulle misure di sicurezza, e ne viene verificata la comprensione prima di affrontare le difficoltà aeree. Si basano su una serie di installazioni (o ateliers) fra un albero e l'altro, allo scopo di verificare il proprio equilibrio, velocità e capacità di superare le proprie paure, e non ultimo per puro divertimento.

- **ORINTEERING**: lo sport consiste nel sapersi spostare su terreni sconosciuti, servendosi solo di una bussola e della carta topografica, nel minor tempo possibile. I percorsi saranno modificati in base all'età e alle capacita dei ragazzi. Esperti istruttori insegneranno ai ragazzi i segreti di questo fantastico sport, con lezioni sia teoriche che pratiche intervallate con altri giochi o laboratori.

PARTE 2 – NATURALISTICO/AMBIENTALE

- CONOSCENZA E CENSIMENTO DELLA MACCHIA MEDITERRANEA
- LA BIODIVERSITA'
- CONOSCENZA E CENSIMENTO DELLA FLORA E DELLA FAUNA DEL MAR TIRRENO
- RISPETTO E TUTELA DELL'AMBIENTE

PARTE 3 – STORICO/CULTURALE

Le testimonianze storiche ed archeologiche di Gianola confermano come le coste del Lazio meridionale fossero luogo di residenza e villeggiatura di importanti personalità di epoca romana e luogo strategico per difendere l'entroterra dagli attacchi provenienti dal mare. Durante le escursioni i ragazzi divisi in gruppi, verranno affiancati da un archeologo e dai ragazzi dell'associazione "lestrigonia", che con un metodo facile e divertente riprodurranno alcuni momenti della vita storica della popolazione nei magnifici scenari archeologici che il Parco di Gianola presenta.

N.B. Per qualsiasi informazione aggiuntiva si rimanda al professor Vaccarella (matteov20@live.it).
Per l'adesione utilizzare il modulo sotto allegato e versare l' acconto di €.100,00 entro il 10 Novembre p.v.

CAMPO SCUOLA VELICO-INTERDISCIPLINARE FORMIA
Progetto "UN'AULA TRA STORIA, VENTO e MARE"
4 giorni in pullman
21-24 APRILE 2020

Il sottoscritto/a ..... genitore dell'alunno/a ..... della classe _____con la presente dà l'adesione alla partecipazione del proprio figlio al campo scuola che si svolgerà dal 21 al 24 aprile 2020.
Allega alla presente l'importo di €.100,00 come caparra e si impegna a versare la restante quota a saldo entro i termini che saranno comunicati dall'Istituto e comunque prima dello svolgimento del campo scuola.
Dichiara inoltre di essere consapevole che la presente adesione costituisce impegno vincolante alla partecipazione del proprio figlio/a al campo scuola velico.
E' parimenti consapevole che la quota di partecipazione (€ 300,00) potrà subire lievi variazioni in base al numero effettivo degli studenti partecipanti.

In fede,

Roma, ____/___/2019 Firma_____

_____