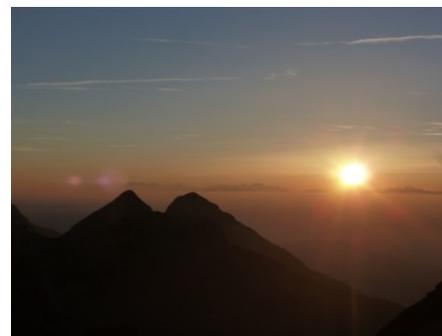




## Accompagnamenti formativi per classi scuola primaria e secondaria



I progetti sono rivolti agli studenti della scuola primaria e secondaria, propongono una scelta di attività legate all'ambiente montano in forma culturale, didattico, esplorativo, sportivo e di socializzazione. Gli obiettivi dei nostri accompagnamenti formativi consistono nell'avvicinare i ragazzi all'ambiente alpino elemento imprescindibile della cultura, della storia e della geografia del Trentino-AltoAdige e tutt'ora fortemente caratterizzante per le prospettive e lo sviluppo della regione.

I programmi sono articolati su un approccio ecologico e sostenibile, su momenti di socializzazione, di gioco e di attività divertenti con impegno fisico adeguato all'età oltre a momenti di approfondimento e di educazione ambientale.

Le escursioni e le rispettive mete, le giornate didattiche sulla neve ed i corsi collettivi di Sci possono essere concordati con i docenti in funzione della localizzazione della scuola e delle esigenze didattiche.

### LE NOSTRE PROPOSTE:

#### Accompagnamenti Formativi Culturali:

- Grande Guerra
- Clima - Natura - Territorio
- Laboratorio a cielo aperto
- Topografia e Orientamento
- Ciasposcuola

#### Accompagnamenti Formativi Sportivi e Classici:

- Corsi Arrampicata Indoor e Outdoor
- Escursioni in ambiente Alpino
- Vie Ferrate

#### Progetti formativi Scuole di Sci:

- Corsi collettivi Sci Alpino
- Corsi collettivi Snowboard
- Corsi collettivi Sci nordico
- Giornate sulla neve



## GRANDE GUERRA

La prima Guerra Mondiale, che in Trentino Alto Adige si è svolta dal 1914 al 1918 ha lasciato segni indelebili e molto importanti sul territorio. In questi ultimi anni, in previsione della commemorazione del centenario della 1° guerra, la Provincia di Trento in collaborazione con il “Museo Storico Italiano della Guerra” di Rovereto, gruppi Alpini, Guide Alpine e molti gruppi di volontari ha investito per ripristinare parte dei manufatti costruiti durante questo triste episodio, per creare informazione e per valorizzare la rete museale esistente. Oggi fortificazioni, baraccamenti, reti stradali, sentieri, gallerie nel ghiaccio e nella roccia ci sono stati restituiti restaurati e sono visitabili.

I nostri progetti di escursionismo formativo sulla Grande Guerra vogliono essere di valido supporto per gli insegnanti: vedere con i propri occhi e toccare con mano la storia contribuisce infatti a costruire e consolidare una conoscenza indispensabile per i figli di una terra duramente colpita come la nostra.



## CLIMA - NATURA - TERRITORIO

Il Trentino occupa un'area di 620.700 ettari di cui circa il 62% si trova al di sopra dei 1000m di altitudine. Allo stato attuale oltre il 55% dell'intera area è ricoperta da vegetazione boschiva. La particolare conformazione del territorio determina un'estrema varietà del clima e della vegetazione passando in pochi chilometri da un clima sub-mediterraneo con boschi di lecci e ulivi a foreste di abeti e larici, ghiacciai perenni e un clima continentale alpino. Questa particolare condizione sia climatica che morfologica del territorio ha condizionato nei secoli le attività umane e continuerà a farlo. Fino a che punto progresso e sviluppo riusciranno a coesistere con Natura e Sostenibilità?

Scopo di questo progetto escursionistico-formativo è quello di introdurre i ragazzi all'ambiente alpino illustrando come il territorio è mutato nei secoli per effetto dell'intervento antropico e cercando di sensibilizzare gli studenti circa la criticità dell'attuale momento climatico. Le escursioni e le rispettive mete possono essere concordate con i docenti in funzione della localizzazione della scuola e delle esigenze didattiche



## LABORATORIO A CIELO APERTO

Le gite sono uno dei pochi momenti che permettono ai ragazzi di socializzare al di fuori dell'ambiente scolastico. In montagna la mancanza di telefoni, iPod, TV fa sì che vi sia un aumento della comunicazione orale tra di loro, con i docenti, con la Guida Alpina o il gestore del rifugio. Questa particolare situazione può essere sfruttata soprattutto per fini didattici: gli studenti vengono invitati a mettere per iscritto le emozioni e le sensazioni di questo particolare momento amplificandone la percezione e rendendo più spontanea la scrittura. La montagna diventa quindi il nostro laboratorio di riflessioni, parole, scrittura. Nel corso dell'escursione verranno effettuate inoltre delle attività a cura delle Guide Alpine sotto forma di gioco e di formazione durante le quali i ragazzi dovranno collaborare tra loro per raggiungere un “risultato”.

Seppur non indispensabile, per questo tipo di formazione si consiglia la programmazione in 2 giorni con pernottamento in rifugio per dare il tempo agli studenti di approfondire le loro riflessioni e di compilare le scritture nello stesso ambiente.



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)

**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
Cell: 347-7031435

**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
P.I: 01832900227



## TOPOGRAFIA - ORIENTAMENTO

Da quando l'uomo ha iniziato a camminare e navigare si è sempre chiesto: Come posso arrivare in un certo punto? Dove sono ora? Come posso tornare dove ero prima? Così ben presto l'uomo ha cominciato a introdurre nei suoi percorsi dei "riferimenti" memorizzando e valorizzando dei punti naturali, successivamente creando dei punti di "riferimento" artificiali. Quali sono stati i primi riferimenti a esser presi in considerazione sia in mezzo all'oceano che in mezzo al deserto o in montagna? Le Stelle, il Sole, la neve, l'osservazione della vegetazione: il muschio, latifoglie conifere fino all'introduzione della Rosa dei Venti oggi indispensabile per conoscere i punti cardinali.

Obiettivo di questo accompagnamento formativo è di fornire ai ragazzi, attraverso divertenti giochi di squadra, le conoscenze e le competenze necessarie per utilizzare i classici strumenti dell'orientamento in montagna: cartina topografica, bussola e altimetro.

## CIASPOSCUOLA

Tutte le valli che abbiamo camminato durante l'estate, tutti i rifugi che fino a qualche giorno prima fiorivano di vita, all'improvviso vengono coperti da un manto bianco, che porta silenzio e cancella ogni segno della presenza umana. Le valli tornano ad assumere un tono selvaggio come quando non esistevano ancora sentieri o strade e gli uomini cacciatori individuavano i percorsi di volta in volta. Sembra quasi sia tutto da rifare, ma questa volta seguendo dei canoni dettati dalla natura e non dall'uomo e, osservando alcune piccole regole, lo spettacolo è assicurato.

Le Ciaspole sono degli ottimi attrezzi per avvicinarsi alla montagna anche quando c'è parecchia neve. Una cosa contraddistingue la frequentazione della montagna invernale: la necessità di doversi porre con umiltà e intelligenza di fronte alla natura. I nostri corsi grazie alle competenze di una Guida Alpina esperta della neve vogliono fare da tramite tra ambiente incontaminato e segreti della neve, divertimento e conoscenze specifiche.





## FORMAZIONE ARRAMPICATA

L'arrampicata sportiva è una disciplina che più di ogni altra abbatte barriere tra psiche, coordinazione motoria, forza, fiducia in se stessi e nei compagni di cordata. Si pratica sempre più, uomini, donne e bambini, in ogni angolo della terra dalla montagna al mare, dai deserti alle foreste, ricercando e scoprendo nel mondo angoli di rara e suggestiva bellezza. L'arrampicata è una disciplina di equilibrio, un equilibrio fisico e interiore sinonimo del "star bene" dentro e fuori se stessi. Si inizia con una didattica opportuna dove si capisce come funziona e come ci si deve muovere, poi ci si rapporta su una parete lavorando con la corda e chiaramente con un compagno dove chi tiene la corda diventa parte attiva come chi arrampica.

Arrampicare è un ottimo mezzo per tenere in forma ogni muscolo del corpo in equilibrio con la mente e la natura, rafforza credenze positive per lo sviluppo personale e amplia le capacità coordinative.



## SCUOLA ITALIANA DI SCI MONTE BONDONE

Il Monte Bondone segna uno dei passi più importanti riguardo l'evoluzione dello sci alpino, Grazie allo spirito innovativo di Graffer, nel 1934 fu il primo posto in Europa dove venne costruita una Slittovia conosciuta con il nome di "Slitton".

Sul Monte Bondone generazioni di persone hanno imparato a sciare, Trentini, Italiani, Stranieri. Successivamente al secondo dopoguerra fu teatro di ulteriori e innovativi impianti e di gare di pregio e altissimo livello, ha fatto tappa qui il 1° febbraio 1967 la "Coppa del Mondo" con lo slalom speciale femminile vinto dalla tedesca Burgl Färbinger e le innumerevoli edizioni del mitico "Trofeo Topolino".

La scuola Italiana di sci sul Monte Bondone è quindi una "istituzione" e si rivolge ai più giovani proponendo i collaudati corsi collettivi sia di Sci-Alpino sia di Snowboard, per ogni livello con un massimo di 10 ragazzi per gruppo, organizzati su misura per gli istituti scolastici.

Tel: 0461- 948211

[Info@scuolascibondonetrento.it](mailto:Info@scuolascibondonetrento.it)

[www.scuolascibondonetrento.it](http://www.scuolascibondonetrento.it)



## SCUOLA ITALIANA DI SCI FONDO VIOTE - MONTE BONDONE

Lo sci stretto fu innanzitutto un mezzo di locomozione, nacque dall'esigenza di popoli nordici ed asiatici di muoversi sulla neve per molti mesi all'anno. Si cominciò mettendosi ai piedi cortecce, rami, per evitare di sprofondare e raggiungere laghi, boschi e territori ideali per la caccia e la pesca, la trasformazione avvenne molto lentamente, nel corso dei secoli. Da alcuni reperti ritrovati in Svezia si ritiene che utilizzassero uno sci più lungo e uno più corto e molto curvi sulle estremità: quello corto, ricoperto da pelle, serviva per dare la spinta, frenare e cambiare direzione, quello lungo per scivolare. Le testimonianze che parlano degli sci partono dal IV secolo (a.c.) per i popoli asiatici e successivamente al 1000 (d.c.) si hanno valide testimonianze in tutti i paesi nordici.

La Scuola Sci fondo Viote intende avvicinare i ragazzi ad uno sport dalle radici così profonde proponendo una serie di attività da fare sulla neve in sinergia con le Guide alpine ed i sempre apprezzati corsi collettivi.

Tel: 0461-948105

[www.scuolascifondoviote.it](http://www.scuolascifondoviote.it)



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)

Referente: G.A. Gianfranco Menotti

Cell: 347-7031435

Email: [gianfri@dolomitiavventura.it](mailto:gianfri@dolomitiavventura.it)

P.I: 01832900227

# ACCOMPAGNAMENTI FORMATIVI - GRANDE GUERRA

## GRANDE GUERRA - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
	<b>GIRO DEL SORASASS - Percorso storico naturalistico Educazione al territorio - 1/2 o 1 giornata</b> Itinerario facile con stupenda vista sulla valle dell'Adige, rientra nelle ultime opere di fortificazione della città di Trento del 1914. Immerso in una cornice di vegetazione stupenda è adatto in qualsiasi stagione; particolarmente suggestiva è la visita delle "fuciliere" e delle postazioni di artiglieria al "pontesel"
	<b>GIRO DEL MONTE CALISIO - Percorso storico naturalistico Educazione al territorio - 1/2 o 1 giornata</b> Escursione tranquilla alle porte della città di Trento. Pur in secondo piano, il Calisio è "montagna di guerra". Le sue strutture, finite a guerra iniziata, vennero a completamento delle opere di fortificazione della città e furono tra le più ingegnose di tutto il fronte Austro-Ungarico. Dalla vetta panorama stupendo a 360°.
	<b>FORTE SPIZ VERLE - CIMA VEZZENA - Percorso storico naturalistico Ed. al territorio - 1 giornata</b> Classico e facile itinerario lungo i forti degli altipiani, dal panorama maestoso. Lo si raggiunge dal Passo Vezzena seguendo la strada militare, percorribile e in qualsiasi stagione, anche con le ciaspole. Veniva chiamato "L'occhio sull'altipiano" proprio per la sua posizione strategica. Era uno dei capisaldi della linea Austro-Ungarica e il primo coinvolto nella breve, ma intensissima, 'guerra dei forti'. Alle 3.55 del 24 maggio 1915 dal dirimpettaio forte Verena gli fu sparata la prima cannonata che sigillò l'entrata in guerra dell'Italia.
	<b>NAGIA'-GROM - VAL DI GRESTA - Percorso storico naturalistico - 1/2 o 1 giornata</b> Praticabile tutto l'anno, è un percorso ad anello adatto a tutti tra le campagne della Val di Gresta e i boschi sovrastanti Loppio. Costruito a partire dalla primavera del 1915, venne integrato e irrobustito durante il conflitto. Non venne mai conquistato dall'esercito Italiano, il quale non rischiò mai un combattimento ravvicinato, ma lo bombardò in diverse occasioni
	<b>MONTE VERENA - Percorso storico naturalistico - 1 giornata</b> Forte di costruzione Italiana, soprannominato il 'dominatore dell'altopiano', sparò il primo colpo - 24 maggio 1915 - che sigillò l'ingresso dell'Italia in guerra. Fu l'unica fortezza che svolse un ruolo importante e destabilizzante, coadiuvata dalle potenti batterie di cannoni posti nelle immediate vicinanze. Operò da protagonista con tutta la potenza di fuoco nel pirotecnico primo mese di guerra denominato 'la guerra dei forti'. E' raggiungibile a piedi o con le ciaspole per una bella stradina sterrata in circa due ore e mezza.
	<b>MONTE ORTIGARA - Percorso storico naturalistico Educazione al territorio - 1 giornata</b> Nella notte tra il 9 e il 10 giugno 1917, tra banchi di nebbia, pioggia, fulmini e razzi illuminanti, i cannoni tempestano le linee austriache dell'Ortigara preparando l'attacco degli alpini e dei bersaglieri che si svilupperà con l'immane ondata umana del pomeriggio e dei giorni seguenti. Le perdite assumono proporzioni sempre più drammatiche tra un assalto e l'altro per la conquista, la perdita e la riconquista di poche decine di metri tra le trincee e i campi di filo spinato. L'Ortigara oggi si raggiunge in circa tre ore di comoda passeggiata.
	<b>VILLAGGIO MILITARE FORCELLA D'ENZE - Percorso storico naturalistico e Territorio - 2 giornate</b> Accompagnamento formativo strutturato su 2 giorni. Durante la mattina del 1°giorno si prevede la visita alla "mostra permanente della Grande Guerra sul Lagorai" di Borgo Valsugana, dove i ragazzi saranno introdotti attraverso vari spazi tematici agli aspetti umani e tecnologici del conflitto. Finita la visita e consumato il pranzo al sacco, ci si porta all'abitato di Palù del Fersina. Da qui un comodo sentiero ci porta in circa un'ora e mezza al Rifugio Sette Selle, ove si pernotta. Possibilità di svolgere attività didattiche con il gestore del Rifugio dopo la cena. Il mattino seguente colazione e breve escursione alla Forcella d'Enze. Un villaggio di baraccamenti, trincee e e una magnifica vista su gran parte del Trentino fanno da coronamento a due giorni di percorso attraverso i luoghi della Grande Guerra. In seguito discesa al rifugio e successivamente a valle.
	<b>STRADA DELLE 52 GALLERIE - MONTE PASUBIO - Percorso storico naturalistico - 2 giornate</b> Opera straordinaria di ingegneria militare che conduce dalla Bocchetta Campiglia alle 'Porte del Pasubio' (m. 1935) (rifugio gen. Achille Papa) e che consentiva l'approvvigionamento delle truppe italiane arroccate sul Pasubio con un arditissimo percorso al riparo dalle azioni nemiche. Raggiunto il rifugio gen. Achille Papa, si pernotta. Il giorno seguente si raggiunge in breve la località "Porte del Pasubio da cui si entra nella "zona sacra". Arrivati poi alle "sette croci", sulla sinistra si apre alla vista il tetro spettacolo del macereto del Dente Italiano, che, il 13 marzo 1918, fu fatto brillare da una mina austriaca che causò più di 500 morti. E' un'escursione di grandissima soddisfazione, un percorso storico tra gallerie scavate nella roccia, trincee, fortificazioni e cimiteri di guerra che tutti coloro che s'interessano di storia dovrebbero almeno una volta frequentare. L'intera escursione formativa non presenta difficoltà tecniche.

# ACCOMPAGNAMENTI FORMATIVI - STORIA MODERNA

TARGHET	ITINERARIO
	<b>MALGA ZANGA- BASE TUONO - GUERRA FREDDA - Percorso storico naturalistico - 1 giornata</b> (Escursione formativa in fase di programmazione)

## LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
P.I: 01832900227

## CLIMA NATURA TERRITORIO - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
	<p><b>MONTECORONA - Clima Natura e Territorio - 1/2 o 1 giornata</b></p> <p>Breve e facile itinerario, ma non per questo poco suggestivo, che si snoda tra la bassa Val di Cembra, con coltivazioni a vitigno, meli e magnifici boschi, e la Valle dell'Adige. La cima è un ottimo punto panoramico sulle vallate sottostanti e il gruppo montuoso del Lagorai. Lungo l'itinerario con i suoi 350m di dislivello, verranno affrontate tre tematiche principali. Clima: osservazioni sulla differenza delle coltivazioni relativamente alla quota, esposizione e orientamento del versante e differenze nella crescita della vegetazione. Natura: osservazioni sul tipo di vegetazione tipico della zona e del contesto climatico. Territorio: osservazioni di carattere geografico, distinzione tra rocce porfiriche e calcaree, morfologia delle valli, lavoro dei ghiacciai e dell'acqua, antropizzazione del territorio. Pranzo al sacco e possibilità di effettuare gli spostamenti usufruendo dei mezzi pubblici.</p>
	<p><b>ROCCOLO DEL SAUCH - Natura e Storia del Territorio - 1/2 o 1 giornata</b></p> <p>Il Roccolo del Sauch, posto all'interno del comune di Giovo, in Valle di Cembra, è un sistema antichissimo per la cattura degli uccelli. Si tratta di un monumento vegetale di alberi di faggio e abete opportunamente intrecciati e potati, così da creare una galleria praticabile con al centro uno spiazzo erboso. Dal 1968 questo strumento di caccia è proibito e il luogo è diventato, dal 1993, osservatorio e centro didattico ambientale. Il Roccolo è sito in una zona dal contesto storico importante per il passaggio di una strada che portava verso le pianure venete; un cippo ricorda il passaggio del pittore Albrecht Durer. Fu zona di accampamento dell'esercito di Napoleone durante la campagna di fine '700, zona di pascolo e di sfruttamento del legname. Facile itinerario su strada forestale attraverso i rivi della Val Borada con dislivello contenuto, circa 250m. Pranzo al sacco, possibilità di pranzare al vicinissimo Rifugio Sauch e possibilità di utilizzare i trasporti pubblici.</p>
	<p><b>SENTIERO DEI VECCHI MESTIERI - Natura e Storia del Territorio - 1 giornata</b></p> <p>Il Sentiero dei Vecchi Mestieri parte dal paese di Grauno, in Valle di Cembra. Il Sentiero porta alla scoperta dell'antica viabilità storica che da tempi immemorabili collega le due sponde della Valle. La passeggiata restituisce il tessuto etnografico dell'alta Valle attraverso manufatti e opifici che in alcuni casi restarono in funzione sino agli anni Cinquanta del Novecento: i mulini azionati grazie alla deviazione di importanti corsi d'acqua, le fucine in cui si lavorava il metallo e le fornaci per la cottura della calce, non facile da reperire in un quadro geologico in cui domina, a tutti i livelli, il porfido permiano. La componente naturalistica è altrettanto degna di nota: la forra dell'Avisio in questo tratto presenta un alto indice di naturalità. Percorso facile, adatto a tutti, pranzo al sacco e possibilità di effettuare l'escursione usufruendo dei mezzi pubblici.</p>
	<p><b>PIRAMIDI DI TERRA DI SEGONZANO - Geologia Territorio Ed. ambientale - 1 giornata</b></p> <p>Torri, creste, pinnacoli disposti a canna d'organo, alte colonne sovrastate da un masso di porfido: queste sono le Piramidi di terra nel Comune di Segonzano, in Valle di Cembra. Questo capolavoro della natura è il risultato di un fenomeno geologico unico in Trentino e raro nel mondo. Resti di un deposito morenico risalente all'ultima glaciazione, le Piramidi sono oggi un'attrazione turistica di alto valore didattico. Il sito è visitabile tutto l'anno e adatto a tutti, dislivello circa 280m. Consigliamo inoltre di abbinare la visita al Museo Casa Porfido di Albiano.</p>
	<p><b>SORASASS - Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 1/2 o 1 giornata</b></p> <p>La montagna del Sorasass è luogo ideale per un'escursione alla portata di tutti, ed è raggiungibile comodamente con i mezzi di trasporto pubblico urbano del comune di Trento. Il percorso offre molteplici spunti di interesse climatico, naturalistico e storico. Ricade in una realtà di "transizione" tra ambito pre-alpino e alpino, segnando il confine ben preciso delle correnti "mediterranee" provenienti dalla Valle del Sarca. L'osservazione della qualità e della coltivazione del bosco permettono di individuare i segni dell'antico sfruttamento forestale per la raccolta della legna, mentre le tracce delle calcàre riportano ai procedimenti tradizionali per la trasformazione delle pietre in calce. Spettacolare scorcio sulla Valle dell'Adige e valli limitrofe, il Sorasass è un ottimo punto d'aggancio per sviluppare ulteriori argomenti, quali l'urbanizzazione o la morfologia delle valli. Infine, il complesso sistema di fortificazioni eretto dai soldati dell'esercito imperiale con l'aiuto della popolazione locale è testimonianza storica del drammatico periodo della Grande Guerra.</p>

## CLIMA NATURA TERRITORIO - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
	<p><b>MONTE CALISIO - Geologia Territorio Ed. ambientale - 1 giornata</b></p> <p>E' questo un monte prezioso per la città di Trento. Dall'epoca Romana fino alla metà del '900 la città è stata costruita in pietre estratte dalle sue pendici, la via "Claudia Augusta" venne realizzata passando sulle sue dolci colline, e le sue importantissime miniere di galena argentifera fornivano argento a tutto il Tirolo, in particolare alla zecca di Merano. Fu poi caposaldo di postazioni militari dei Kaiserjäger sulla linea della difesa di Trento durante il primo conflitto mondiale. Ma il Calisio è una montagna interessante anche sotto l'aspetto geologico, punto di unione tra calcare e porfido, zona di laghi e di boschi bellissimi. Dalla vetta è incantevole il colpo d'occhio sui monti che circondano Trento fino alle Dolomiti, sulla Val di Cembra, Valsugana e Valle dell'Adige, ulteriori spunti per considerazioni di carattere ambientale e scientifico. Escursione di circa 400m di dislivello adatta a tutti ed effettuabile solitamente in tutte le stagioni; pranzo al sacco e possibilità di effettuare gli spostamenti con mezzi pubblici</p>
	<p><b>ALLA SCOPERTA DEI POZZI GLACIALI - Geologia Territorio Ed. ambientale - 1/2 o 1 giornata</b></p> <p>Il "Sentiero Stoppani" si estende sulle falde inferiori del versante nord-occidentale del Monte Bondone, verso la Valle dei Laghi, in corrispondenza dell'abitato di Vezzano. Fra il Gruppo Gazza-Paganella e Bondone scendeva verso il Garda il più grande ghiacciaio delle Alpi orientali, quello dell'Adige. Durante la fase massima della glaciazione, oltre 35 "000 anni fa, l'altezza del ghiacciaio nella Valle Laghi era di circa 900 m. Nella zona, fino a una quota di circa 400-500m dal fondo della valle, sono evidenti le tracce delle azioni erosive e di deposito verificatesi durante l'ultima glaciazione: rocce lisce, montonate e striate e depositi morenici, inoltre sono molto evidenti e diffusi i fenomeni carsici, impostatisi sulle rocce calcaree del Giurassico inferiore e medio. Escursione adatta a tutti ed effettuabile in qualsiasi periodo dell'anno; pranzo al sacco, possibilità di trasporto tramite mezzi pubblici.</p>
	<p><b>RISERVA NATURALE INTEGRALE DELLE VIOTE - MONTE CORNETTO</b>  <b>Natura Territorio Ed. ambientale - 1/2 o 1 giornata</b></p> <p>La riserva integrale delle tre cime del Bondone è uno dei più preziosi giardini botanici delle Alpi. Si estende per ben 223 ettari e vanta una flora ricca e interessante e alcuni casi di rarità. Nella conca di origine glaciale delle Viote si trova invece una torbiera nella quale sono stati riscontrati Muschi e Sfagni assai simili a quelli delle torbiere circumboreali della Finlandia, Svezia e Russia. Il sentiero che sale al Monte Cornetto attraversa questa oasi naturalistica e si porta sulla dorsale della montagna con vista spettacolare su tutta la riserva integrale, sulla Valle del Sarca, sui gruppi montuosi dell'Adamello, dolomiti di Brenta fino ai confini tra Italia, Svizzera e Austria. Sulla cima del Monte Cornetto sono visitabili le fortificazioni Austriache risalenti alla Prima Guerra Mondiale e facenti parte della linea di difesa della città di Trento. Escursione priva di difficoltà tecniche, circa 600m di dislivello se si affronta la cima del M. Cornetto, altrimenti più corta. Ideale per attuare il calcolo dell'impronta ecologica con i ragazzi. Pranzo al sacco e possibilità di usufruire dei trasporti pubblici. montonate e striate e depositi morenici, inoltre sono molto evidenti e diffusi i fenomeni carsici, impostatisi sulle rocce calcaree del Giurassico inferiore e medio. Escursione adatta a tutti ed effettuabile in qualsiasi periodo dell'anno; pranzo al sacco, possibilità di trasporto tramite mezzi pubblici.</p>

### LEGENDA

	<b>SCUOLA PRIMARIA</b>
	<b>SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO</b>
	<b>SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO</b>



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## CLIMA NATURA TERRITORIO - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
<b>ARCHEOTREKKING - Natura Territorio Ed. ambientale - 1 o 2 giornate</b>	
          	<p>• <b>ETA' DELLA PIETRA - LUOGHI DI CACCIA AI LAGHI DI COLBRICON - Passo Rolle</b> Escursione formativa di alta quota sita in un contesto paesaggistico superbo, punto di unione fra le dolomie delle Pale di S.Martino e le ignimbriti del Lagorai. Dagli scavi archeologici e studi effettuati a partire dal 1970 sui siti del Colbricon emersero le prime testimonianze di frequentazioni mesolitiche umane in area Dolomitica d'alta quota, aprendo così un nuovo capitolo nella storia del popolamento dell'ambiente alpino. Sfruttando le peculiarità di un ambiente d'alta quota così importante possiamo concretizzare diversi obiettivi formativi quali Clima, Geografia, aspetti legati alla Geologia nonché Storia, Preistoria e antropizzazione del territorio. Escursione facile adatta a tutti, realizzabile tutto l'anno, molto suggestiva anche con le ciaspole in ambiente innevato. Pranzo al Sacco.</p> <p>• <b>ETA' DEL BRONZO - ACQUA FREDDA SUL COSTALTA - Passo Redebus</b> Il sito archeologico di "Acqua fredda" al Passo Redebus è uno dei siti protostorici di lavorazione del metallo più importanti dell'intero arco alpino, oltre a essere una delle aree archeologiche più alte d'Europa. E' stata portata alla luce una batteria di 9 forni fusori, strumenti per la lavorazione del rame, macine che servivano per la riduzione del minerale a "farina", parti terminali dei mantici per mantenere la temperatura attorno ai 1200°C. La nostra escursione formativa parte proprio da qui, dal Passo Redebus (1440m), e comprende una visita all'area museale espositiva. Si sale verso Malga Cambroncoi e la vetta del Dosso di Costalta (1955m), ponendosi l'obiettivo di illustrare agli studenti come il territorio è stato sfruttato nel corso dei secoli, dalle epoche preistoriche a oggi, come è mutato per effetto dell'intervento antropico e come, al tempo stesso, anche l'uomo si è adattato alle peculiarità del territorio. Altri temi correlati: geografia e morfologia delle valli, commercio tra Nord e Sud delle Alpi ieri e oggi. Escursione adatta a tutti e per tutte le stagioni, bellissima anche con le ciaspole, dislivello circa 500m. Pranzo al sacco, possibilità di ristoro presso il passo Redebus.</p>
<b>ETNOTREKKING - Minoranze Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 2 giornate</b>	
          	<p>• <b>PASSO DEI GAROFANI - LAGORAI - La Valle del Fersina e la minoranza Mochena</b> Viaggio di 2 giorni attraverso la Valle del Fersina, dove si avrà modo di approfondire le radici della minoranza Mochena: da dove arrivarono e perché abbandonarono il loro luogo d'origine? Esplorando le tradizioni locali e ascoltando l'antichissima lingua mochena si potrà capire perché questa valle meritò l'appellativo di "Valle incantata". Lasciate alle spalle le ultime case della comunità di Palù del Fersina, ci si inoltra nel bosco di abeti rossi sempre ben coltivato. Un sentiero ci conduce alle antiche miniere e poi ai primi "baiti" dei boscaioli, per arrivare infine alla zona dei pascoli alti dove, dietro a un dosso, comparirà all'improvviso il Rifugio Sette Selle. Qui pernosteremo. Cena e dopocena sono momenti utili per fare un po' di formazione extra-scolastica: il nostro comportamento in ambiente e nel rifugio alpino non è più un argomento di studio ma diventa ora un'esigenza. Dopo la notte passata nella splendida mansarda, fatta colazione e salutato il gestore, si punta in direzione Passo dei Garofani dove a breve si incontra il limite della vegetazione, qualche cirmolo e gli ultimi larici. Dall'alto del passo dei Garofani con i suoi 2200m di altitudine, grazie alla vista stupenda a 360° su tutto il Trentino, si potranno approfondire ulteriori argomenti: dagli aspetti geologici agli aspetti climatici e naturalistici fino, volendo, ai più trascurati aspetti spirituali o alpinistici. Incontreremo ancora testimonianze storiche della Grande Guerra, evidenti segni del mutamento del territorio per effetto dell'intervento antropico per poi prendere la dolcissima Val Tasaineri che ci riporterà all'abitato di Palù del Fersina. Escursione formativa priva di difficoltà tecniche, facile, adatta a tutti, consigliata per i mesi autunnali e primaverili mentre con qualche piccola variazione al tracciato diventa suggestiva anche durante gli innevati mesi invernali con l'ausilio delle ciaspole. Possibilità di utilizzare i mezzi del trasporto pubblico.</p> <p>• <b>ALTIPIANO DI LAVARONE - Dove si nasconde l'ultimo segreto dei Cimbri - 2 giorni</b> (Escursione formativa in fase di programmazione) Viaggio attraverso la storia dei Cimbri, di antiche tradizioni e culture, il ruolo del principato vescovile di Trento fino agli eventi drammatici del Primo Conflitto Mondiale. I Cimbri di oggi.</p>

## CLIMA NATURA TERRITORIO - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
	<b>PARCO NATURALE ADAMELLO BRENTA (Escursione formativa in fase di programmazione)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• VAL DI GENOVA - Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 1 o 2 giornate</li> <li>• CASCATE DI VALLESINELLA - Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 1 o 2 giornate</li> <li>• GRUPPO DI BRENTA - RIF TUCKETT - Geologia Clima Natura Ed. ambientale - 2 giornate</li> </ul>
	<b>PARCO NAZIONALE DELLO STELVIO (Escursione formativa in fase di programmazione)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• VAL DI RABBI - MALGA MONTE SOLE - Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 1 o 2 giornate</li> <li>• PEJO - ALLA SCOPERTA DELL'ACQUA MINERALE - Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 1 o 2 giornate</li> <li>• CEVEDALE - RIF. LARCHER - Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 2 giornate</li> </ul>
	<b>MARMOLADA - CON I PIEDI SUL GHIACCIAIO - RIF. PIAN DEI FIACCONI</b> Clima Natura Territorio Ed. ambientale - 2 giornate (Escursione formativa in fase di programmazione)

### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## LABORATORIO A CIELO APERTO - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
	<b>LAGHI DI LAMAR - PRADA - Laboratorio Idee Lettura Scrittura Disegno - 1 giorno</b> Splendidi prati e laghetti adagiati su una conca di origine glaciale al cospetto della grande parete rocciosa del Monte Paganella, in alcuni casi è possibile incontrare anche l'orso. Giornata all'insegna della Natura e della Cultura. Pranzo al sacco, possibilità di usufruire dei mezzi pubblici.
	<b>MONTE CALISIO - Laboratorio Idee Lettura Scrittura Disegno - 1 giorno</b> Le leggende dicono dovesse essere un antico vulcano che vegliava sulla città, se vulcano non lo è mai stato, sicuramente è un occhio su tutta la Valle dell'Adige, Valsugana, Cembra, Dolomiti fino ai ghiacci perenni. Emergono elementi di carattere storico, naturalistico e geografico. Pranzo al sacco, possibilità di usufruire dei mezzi pubblici.
	<b>ALTIPIANO DELLE VIOTE - CIMA CORNETTO - Laboratorio Idee Lettura Scrittura Disegno - 1 giorno</b> La casa della Natura. L'habitat migliore che un fiore, un essere unicellulare, una torbiera, una pianta e un animale possano "sognare" nella loro vita. Un piccolo paradiso alle porte della città. Pranzo al sacco, possibilità di usufruire dei mezzi pubblici. P.S.: ma gli animali sognano?
	<b>SORASASS - Laboratorio Idee Lettura Scrittura Disegno - 1 giorno</b> E' luogo di confini, dove finiscono i venti, tra passato e futuro, tra cielo e terra, anima e corpo. Pranzo al sacco, possibilità di usufruire dei mezzi pubblici
	<b>CIMA VEZZENA - LAVARONE - Laboratorio Idee Lettura Scrittura Disegno - 1 giorno</b> Se chiudi gli occhi e rilassi i sensi senti i prati che ti accarezzano, senti i fiori sorridere, le piante raccontare, la terra che vuole riprendersi lo splendore di un luogo duramente ferito. Il suo orizzonte è il sussurro di un segreto che ci accompagnerà per sempre. Pranzo al sacco.
	<b>MONTE ROEN - RIFUGIO OLTRADIGE - Laboratorio Idee Lettura Scrittura Disegno - 2 giorni</b> Chi eravamo, chi siamo, chi saremo, Storia di vita parallele. Al di là del Monte vive un uomo che per passione, diletto e professione ha percorso le via che ha percorso anche la mia vita, in tempi diversi. Le nostre strade si sono incrociate a più riprese. Quanto siamo complici nel definire il nostro destino e nell'interferire nel destino degli altri? Pernottamento presso il Oltradige al Roen, possibilità di usufruire dei mezzi pubblici.
	<b>LAGORAI - RIFUGIO SETTE SELLE - Laboratorio Idee Lettura Scrittura Disegno - 2 giorni</b> Immaginatevi una terra senz'alberi, senz'acqua, da cui gli animali sono scappati, tutto è arido e secco come la pelle degli uomini che la abitano. Uomini che, con avidità, hanno sfruttato qualsiasi risorsa che quella terra poteva offrire, per un solo grammo di denaro. Esiste però anche una valle dove le stagioni fanno il loro corso, dove le nuvole fanno l'acqua, dove i fiori fanno profumo e miele, gli alberi fanno l'aria per respirare, l'erba fa da pascolo agli animali, la terra fa i suoi frutti, dove non vi è sfruttamento ma coltivazione e amore... (Spunti di riflessione da "L'uomo che piantava gli alberi" di Jean Giono). Pernottamento presso il Rifugio Sette Selle, possibilità di usufruire dei mezzi pubblici.

### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

# ACCOMP. FORMATIVI - TOPOGRAFIA ORIENTAMENTO

## FORMAZ. TOPOGRAFIA E ORIENTAMENTO - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

GIORNATE	PROGRAMMA CORSO
  	<p><b>PROF MI SONO PERSO - ( 4ore di intervento dell'esperto in classe - 1 giorno escursione formativa)</b></p> <p>Percorso formativo inerente a tematiche di geografia generale e scienze. Strutturato su 4 ore di intervento in classe di cui 2 ore dedicate alla topografia e 2 ore dedicate all'orientamento più 1 giornata da passare in ambiente. Durante le due ore di formazione in classe di topografia gli studenti avranno modo di migliorare e rifinire la loro lettura su cartine topografiche vere contestualizzate all'area della zona di formazione, comprenderne simboli e particolari, lavorare sulla scala di conversione per impostare le distanze corrette, utilità e funzionalità delle curve di livello e infine trovare le coordinate di un punto sulla carta attraverso il reticolo UTM o GPS (WGS84). Le successive due ore di formazione sull'orientamento faranno sì che la nostra cartina topografica diventi non più un foglio da leggere ma uno strumento che unito a bussola e altimetro fa parte del Kit di sopravvivenza indispensabile non solo per chi va in montagna. La giornata in ambiente ci servirà per preparare uno "schizzo di rotta" da seguire in caso di maltempo o nebbia bassa, noi ovviamente lo seguiremo alla perfezione sperando in una magnifica giornata di sole per essere di ritorno alla scuola prima che il buio ci sorprenda! A questo punto sarà meglio fare l'appello due volte... Il luogo dell'escursione formativa verrà concordato con il docente in base alle esigenze didattiche e della scuola.</p>

### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
P.I: 01832900227

## CIASPOSCUOLA - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

Le escursioni nella neve che le Guide Alpine di Dolomiti Avventura proposte di seguito sono vere e proprie "camminate nella neve", passeggiate distensive adatte anche a gruppi scolastici che non presentano difficoltà ma che lasciano la soddisfazione e l'entusiasmo che solo ambienti incontaminati riescono ad infondere. In altro modo queste escursioni vogliono essere anche formative portando a conoscenza quali sono i principali segreti della montagna innevata introducendo piccoli concetti di nivologia e le conseguenti strategie nella scelta degli itinerari. Proveremo a mettere in pratica queste conoscenze facendo noi stessi delle nuove tracce nella neve fresca nel rispetto della natura. Ora non ci resta che sperare in un inverno abbondante di neve! Le Guide Alpine di Dolomiti Avventura si riservano la facoltà di valutare le condizioni nivo-meteorologiche prima delle escursioni.

TARGHET	ITINERARIO
	<b>ROSTE DEL BONDONE - VIOTE - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b> Si parte dal centro fondo delle Viote del Bondone si segue per la Val d'Eva fino alla Bocca di Valona, punto di arrivo per i più piccini. Svoltando a destra, si comincia a salire per un ripido ampio pendio che porta alla cresta in direzione nord fino alla cima della Rosta m.1840. Stupenda vista sulle Dolomiti del Gruppo di Brenta ed a ovest dei Laghi di Cavedine e Toblino. Verso sud si scorge la parte nord del Lago di Garda. Pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici.
	<b>MONTE SPINALE - GRUPPO DI BRENTA - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b> Bella e suggestiva escursione formativa, facile e comoda e di importanza storica, che si snoda lungo un percorso assolutamente tranquillo e privo di pericoli, in un ambiente sempre ricco di fascino e con un panorama impareggiabile. Pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici.
	<b>MONTE PANAROTTA - LAGORAI - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b> Escursione formativa invernale adatta a tutti, interessante la grande depressione che c'è tra la cima del monte Fravort e La Panarotta comunemente chiamata "la Bassa". Dalla vetta panorama speciale sulla Valsugana e gli altipiani, sulla valle del Fersina ed il resto del gruppo montuoso del Lagorai. Pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici.
	<b>EX FORTE SOMMO ALTO- MONTE SOMMO - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b> Escursione formativa alla portata di tutti sull'altipiano di Folgaria percorribile anche con tempo incerto, porta all'enorme baluardo imperiale dell'ex forte Sommo Alto passando per il Rifugio Stella d'Italia. Pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici.
	<b>MALGA DI COVELO - MONTE GAZZA - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b> Escursione formativa di ampio respiro, quasi tutta in falso-piano tra i pini mughi ed i prati innevati del Monte Gazza al cospetto delle più belle cime del Gruppo di Brenta. Pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici e funivia.
	<b>PIZZO DI LEVICO - ALTIPIANO DEL VEZZENA - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b> Fra gli altipiani di Lavarone e di Luserna, a congiungersi con la zone dell'Ortigara si estende l'altipiano del Vezzena, ricco di vecchie fortificazioni, che ha nel Pizzo di Levico una delle sue cime più interessanti e panoramiche. Escursione formativa invernale classica, facile e sicura, che lascia il tempo a numerosi interventi formativi. Panorama mozzafiato, pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici.

### LEGENDA

	<b>SCUOLA PRIMARIA</b>
	<b>SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO</b>
	<b>SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO</b>



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
 Email: gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## CIASPOSCUOLA - ALCUNE PROPOSTE

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
	<p><b>LAGO DI ERDEMOLO - LAGORAI - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b>                      Classica e appagante escursione formativa invernale che porta nella bellissima conca di origini glaciali del lago di Erdemolo, il percorso è vario e ricco di spunti formativi, privo di difficoltà tecniche adatto per escursioni di gruppo. Pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici.</p>
	<p><b>MONTE PENEGAL - RIF. REGOLE - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 1 giornata</b>                      Panoramica vetta della catena montuosa che divide l'alta Val di Non dalla Valle dell'Adige, dalla vetta inoltre si può notare il pallone radar meteorologico gestito in comunione dalla provincia di Trento e Bolzano che restituisce in tempo reale i dati inerenti ai temporali di tutta la regione. Itinerario semplice lungo un bosco di tradizione quasi milenaria. Pranzo al sacco, trasferimenti con mezzi pubblici e privati.</p>
	<p><b>SASSO ROSSO - RIF. SETTE SELLE - Ciasposcuola Ed. Naturalistica - 2 giornate</b>                      Classica escursione invernale fino al Rifugio Sette Selle dove si pernotta, itinerario di grande soddisfazione è invece la salita alla forcella del Sasso Rosso. L'escursione offre innumerevoli spunti formativi di stampo geografico, geologico, climatico, etnografico e nivologico Pernottamento al Rifugio, trasferimenti con mezzi pubblici.</p>

### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## FORMAZIONE ARRAMPICATA - CORSI

E' prevista 1 ora di programmazione con il docente per concordare percorsi ed esigenze didattiche.

TARGHET	ITINERARIO
	<p><b>LIVELLO 1 - AVVICINAMENTO ALL'ARRAMPICATA</b> (Palestra indoor - zona boulder easy - 8 ore)</p> <p>Si tratta di un percorso formativo motorio svolto in 8 ore che ha l'obiettivo di portare gli allievi a capire quali sono i principi che regolano l'equilibrio del corpo umano in movimento, dall'orizzontale al verticale. Costruendo gradatamente nuovi schemi motori, risolvendo problemi differenti, si andranno via via ad individuare i movimenti fondamentali dell'arrampicata.</p>
	<p><b>LIVELLO 2 - CORSO ARRAMPICATA BASE</b> (Palestra indoor o falesia - monotiri attrezzati - 8 ore)</p> <p>Il percorso formativo arrampicata avanzato si pone l'obiettivo di portare l'allievo ad apprendere i metodi di legatura e le tecniche di sicurezza in corda oltre ad arrampicare con movimenti decisi e sicuri in relazione alle proprie capacità. Questo è possibile tramite l'apprendimento e la sperimentazione di schemi motori più complessi e raffinati quali gli schemi incrociati o a triangolo, un controllo più efficiente della respirazione ed un filo di tattica dell'arrampicata.</p>
	<p><b>LIVELLO 3 - CORSO ARRAMPICATA PRO</b> (Palestra indoor o falesia - monotiri attrezzati - 8 ore)</p> <p>Il percorso formativo arrampicata PRO è stato studiato per i più tenaci, per coloro che vogliono ampliare e raffinare la propria qualità dei movimenti tramite schemi motori più evoluti e perchè no, anche tramite le piccole astuzie dei professionisti. Ma il vero obiettivo di questo livello è assai più nobile: vedere gli allievi che scalano con disinvoltura e sicurezza da primi di cordata.</p>

### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## LIVELLO 1 - Avvicinamento all'arrampicata

(Palestra indoor - zona boulder easy - 8 ore) Si tratta di un percorso formativo motorio svolto in 8 ore che ha l'obiettivo di portare gli allievi a capire quali sono i principi che regolano l'equilibrio del corpo umano in movimento, dall'orizzontale al verticale. Costruendo gradatamente nuovi schemi motori, risolvendo problemi differenti, si andranno via via ad individuare i movimenti fondamentali dell'arrampicata.

GIORNATE	  	PROGRAMMA CORSO
1° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi di movimento ed equilibrio del corpo umano</li> <li>• Progressione fondamentale con 2 appoggi</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
2° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progressione fondamentale sfalsata e rientro</li> <li>• Progressione fondamentale con spaccata e rientro</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
3° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progressione fondamentale con bilanciamento sx e dx</li> <li>• Sostituzioni e accoppiamenti</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
4° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le posizioni omolaterali e compensazioni</li> <li>• Introduzione alle progressioni a triangolo</li> <li>• Respirazione e concentrazione</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>

### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## LIVELLO 2 - Corso Arrampicata base

(Palestra indoor o falesia - monitiri attrezzati - 8 ore) Il percorso formativo arrampicata avanzata si pone l'obiettivo di portare l'allievo ad apprendere i metodi di legatura e le tecniche di sicurezza in corda oltre ad arrampicare con movimenti decisi e sicuri in relazione alle proprie capacità. Questo è possibile tramite l'apprendimento e la sperimentazione di schemi motori più complessi e raffinati quali gli schemi incrociati o a triangolo oltre a un controllo più efficiente della respirazione ed un filo di tattica dell'arrampicata.

GIORNATE	 	PROGRAMMA CORSO
1° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodi di legatura e utilizzo del freno di assicurazione</li> <li>• Imparare a cadere</li> <li>• Arrampicata e Perfezionamento delle progressioni fondamentali</li> </ul>
2° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ripasso sui metodi di legatura e utilizzo del freno</li> <li>• Progressione a triangolo di base con bilanciamento</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
3° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progressione a triangolo omolaterale</li> <li>• Aspetti legati alla respirazione</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
4° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progressioni a triangolo con bilanciamenti interni ed esterni</li> <li>• Il concetto del triangolo rettangolo</li> <li>• Aspetti legati alla tattica dell'arrampicata</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>

### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## LIVELLO 3 - Arrampicata PRO

(Palestra indoor o falesia - monotiri attrezzati - 8 ore) Il percorso formativo arrampicata PRO è stato studiato per i più tenaci, per coloro che vogliono ampliare e raffinare la propria qualità dei movimenti tramite schemi motori più evoluti e perché no, anche tramite le piccole astuzie dei professionisti. Ma il vero obiettivo di questo livello è assai più nobile: vedere gli allievi che scalano con disinvoltura e sicurezza da primi di cordata.

GIORNATE	<span style="color: yellow;">■</span> <span style="color: red;">■</span>	PROGRAMMA CORSO
1° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ripasso sui metodi di legatura e utilizzo del freno</li> <li>• Perfezionamento delle tecniche di progressione fondamentali e a triangolo</li> <li>• Aspetto psicologico e mentale • Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
2° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• La gestione delle posizioni omolaterali</li> <li>• Sostituzione Mista ed Evoluta</li> <li>• Controllo della respirazione e Tattica dell'arrampicata</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
3° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le progressioni laterali di base, eretta e con bilanciamento esterno</li> <li>• Controllo della respirazione e Tattica dell'arrampicata</li> <li>• Aspetto psicologico e mentale</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
4° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passi in aderenza</li> <li>• Arrampicate particolari: diedri, camini, fessure e H.Dulfer</li> <li>• Oscillazioni, lanci e il ruolo della respirazione</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>

### LEGENDA

<span style="color: green;">■</span>	SCUOLA PRIMARIA
<span style="color: yellow;">■</span>	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
<span style="color: red;">■</span>	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

## Corso Arrampicata di 10 lezioni - Full Climbing

(Palestra indoor o falesia - monotiri attrezzati - 25 ore)

GIORNATE	 	PROGRAMMA CORSO
1° giorno Boulder		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi di movimento ed equilibrio del corpo umano</li> <li>• Progressione fondamentale con 2 appoggi</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
2° giorno Boulder		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progressione fondamentale sfalsata e rientro</li> <li>• Progressione fondamentale con spaccata e rientro</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
3° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodi di legatura e utilizzo del freno di assicurazione</li> <li>• Imparare a cadere</li> <li>• Arrampicata e Perfezionamento delle progressioni fondamentali</li> </ul>
4° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ripasso sui metodi di legatura e utilizzo del freno</li> <li>• Progressione fondamentale con bilanciamento sx e dx</li> <li>• Sostituzioni e accoppiamenti</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
5° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il concetto del triangolo rettangolo</li> <li>• Introduzione alle progressioni a triangolo</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
6° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progressione a triangolo omolaterale</li> <li>• Progressione a triangolo di base con bilanciamento</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
7° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progressioni a triangolo con bilanciamenti interni ed esterni</li> <li>• Aspetti legati alla respirazione</li> <li>• Aspetto psicologico e mentale • Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
8° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• La gestione delle posizioni omolaterali</li> <li>• Sostituzione Mista ed Evoluta</li> <li>• Controllo della respirazione e Tattica dell'arrampicata</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
9° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le progressioni laterali di base, eretta e con bilanciamento esterno</li> <li>• Controllo della respirazione e Tattica dell'arrampicata</li> <li>• Aspetto psicologico e mentale - respirazione</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>
10° giorno		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passi in aderenza</li> <li>• Arrampicate particolari: diedri, camini, fessure e H.Dulfer</li> <li>• Oscillazioni, lanci e il ruolo della respirazione</li> <li>• Arrampicata libera - risoluzione esercizi motori</li> </ul>



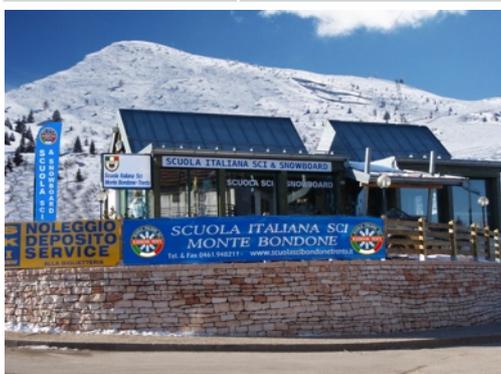
[www.dolomitiavventura.it](http://www.dolomitiavventura.it)  
**Referente:** G.A. Gianfranco Menotti  
 Cell: 347-7031435  
**Email:** gianfri@dolomitiavventura.it  
 P.I: 01832900227

# ACCOMPAGNAMENTI FORMATIVI SPORTIVI - SCI ALPINO

## Corsi di Sci Alpino - Scuola Italiana Sci Monte Bondone 5 lezioni da 2ore

Basato su 5 lezioni della durata di 2 ore l'una le lezioni collettive sono studiate per offrire il massimo rapporto qualità prezzo. Grazie alla formazione di gruppi omogenei per livello tecnico ed età, eseguita dai Maestri, si riescono a soddisfare tutte le esigenze, dal principiante al provetto sciatore che punta a raffinare la tecnica. Minimo comune denominatore deve restare sempre il divertimento e quella voglia dei ragazzi di fare gruppo ed esperienze assieme.

GIORNATE	  	PROGRAMMA CORSO
1° Livello Principianti		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ricerca dell'equilibrio</li> <li>• Esercizi della tecnica elementare</li> <li>• Discesa e curva a spazzaneve</li> </ul>
2° Livello Progrediti		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi di coordinazione</li> <li>• Perfezionamento tecniche di base</li> <li>• Ricerca del parallelismo degli sci</li> <li>• Rispetto degli obiettivi dell'allievo</li> </ul>



### LEGENDA

	SCUOLA PRIMARIA
	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



Tel Scuola: 0461- 948211

[Info@scuolascibondonetrento.it](mailto:Info@scuolascibondonetrento.it)

[www.scuolascibondonetrento.it](http://www.scuolascibondonetrento.it)

Direttore tecnico: Fabrizio Conforto

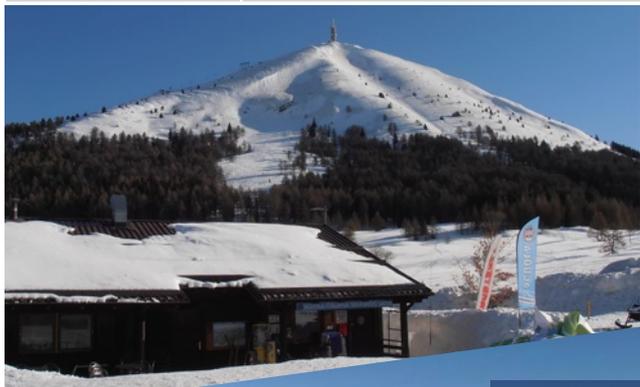
Tel:339-2689854

## Giornate sulla neve - Scuola Sci Fondo + Guida alpina

La Scuola Italiana Sci fondo Viote in collaborazione con le Guide alpine di Dolomiti Avventura organizza per gli Istituti scolastici delle giornate sulla neve con il duplice scopo didattico e ludico di avvicinare i ragazzi a quelle che sono le discipline sportive invernali a più stretto contatto con la natura e fornire loro indicazioni sulla neve da poterli preparare in modo coscienzioso alle peculiarità a volte anche pericolose della montagna invernale.

Si tratta di un percorso suddiviso in 2 giornate, affrontabili anche in anni scolastici differenti, in cui si introducono in modo progressivo elementi della tecnica dello sci nordico unitamente allo "studio" del manto nevoso con nozioni di geografia generale ed educazione al territorio alpino.

GIORNATE	<span style="color: green;">■</span> <span style="color: yellow;">■</span> <span style="color: red;">■</span>	PROGRAMMA GIORNATE SULLA NEVE
1° Giornata		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avvicinamento al fondo - (Scuola Italiana Sci fondo Viote) - 2 ore                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- storia dello sci nordico</li> <li>- Introduzione alla tecnica</li> </ul> </li> <li>• Pranzo (al sacco o presso ristorante)</li> <li>• Nivologia 1 - (Guide alpine) - 2 ore                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Come si forma il cristallo di neve</li> <li>- Cos'è il manto nevoso</li> </ul> </li> </ul>
2° Giornata		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ski Safari Viote - (Scuola Italiana Sci fondo Viote) - 2 ore                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Escursione con gli sci nella magnifica piana delle Viote</li> <li>- Miglioramento della tecnica alternata</li> </ul> </li> <li>• Pranzo (al sacco o presso ristorante)</li> <li>• Nivologia 2 - (Guide alpine) - 2 ore                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il cristallo di neve è un essere vivente?</li> <li>- Metamorfismi e condizioni di stabilità o instabilità</li> </ul> </li> </ul>



### LEGENDA

<span style="color: green;">■</span>	SCUOLA PRIMARIA
<span style="color: yellow;">■</span>	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
<span style="color: red;">■</span>	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



Tel Scuola: 0461-948105

[Info@scuolascifondoviot.it](mailto:Info@scuolascifondoviot.it)

[www.scuolascifondoviot.it](http://www.scuolascifondoviot.it)

Direttore tecnico: Nicola Fruner

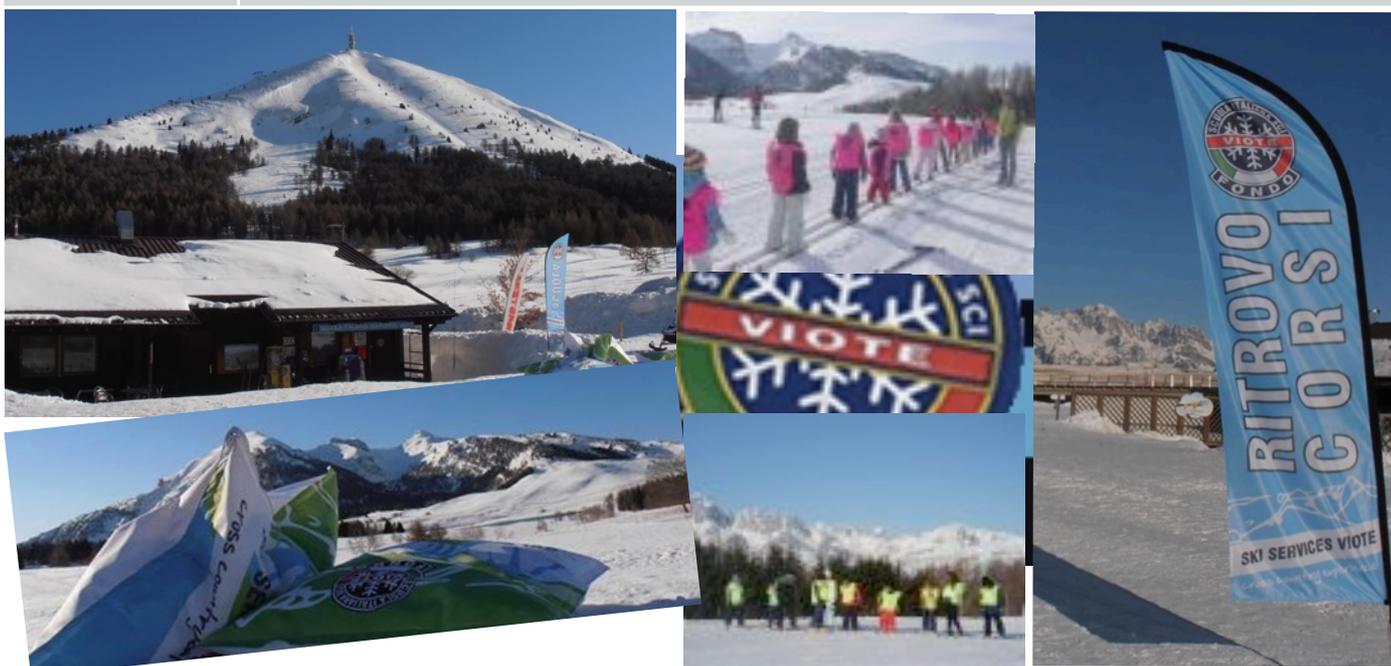
Tel:393-8648304

## Corso Collettivo Sci Nordico

### 5 lezioni da 2 ore

I corsi collettivi hanno come obiettivo finale quello di apprendere una disciplina antichissima che solo durante l'ultimo secolo è divenuta sportiva, cercando di togliere quella definizione di "sport di fatica" e far passare quella di "sport a contatto con la natura". I corsi collettivi proposti per gli istituti scolastici, solitamente organizzati sulle ore opzionali, sono un ottimo mezzo per apprendere le tecniche ed i pregi di questo sport meraviglioso stando in compagnia di un staff tecnico giovane, dinamico, competente e simpatico che, oltre alle tecniche di insegnamento, non tralascerà gli aspetti umani e di gruppo molto importanti durante l'età scolastica.

GIORNATE	<span style="color: green;">■</span> <span style="color: yellow;">■</span> <span style="color: red;">■</span>	PROGRAMMA CORSI COLLETTIVI
<b>1° Livello Principianti</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi sulla coordinazione</li> <li>• Sensibilità ed Equilibrio</li> <li>• Il piacere di scivolare</li> <li>• Introduzione alla tecnica classica</li> <li>• Tecnica di discesa</li> </ul>
<b>2° Livello Avanzato</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinazione fine sulla tecnica classica</li> <li>• Passo alternato</li> <li>• Scivolata spinta</li> <li>• Passo spinta</li> <li>• Discesa dinamica</li> </ul>



#### LEGENDA

<span style="color: green;">■</span>	SCUOLA PRIMARIA
<span style="color: yellow;">■</span>	SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO
<span style="color: red;">■</span>	SCUOLA SECONDARIA SECONDO GRADO



Tel Scuola: 0461-948105  
[Info@scuolascifondoviote.it](mailto:Info@scuolascifondoviote.it)  
[www.scuolascifondoviote.it](http://www.scuolascifondoviote.it)  
 Direttore tecnico: Nicola Fruner  
 Tel:393-8648304