



“ NOMAD” A.S.D.

C.F. /P.I.

03412100541

Affiliata a Ente Promozione Sportiva A.S.C.

(C.O.N.I.) Via B. LUCANGELI n 18, 06043 ,

Cascia (PG)

**Sede operativa: Vallo di Nera (PG) , Strada Statale Valnerina/
incrocio SP 472 km 0**

Per contatti : +39 334/8581414 +39 331/5885115

www.raftingnomad.com e-mail : raftingnomad@gmail.com



Descrizione delle nostre attività principali

Rafting: la discesa lungo i fiumi **Nera e Corno** avviene con il gommone (raft); Appassionerà gli amanti delle attività acquatiche e della natura.

Il gommone viene manovrato da una guida esperta che vi darà ordini su come eseguire la discesa, tutto ciò dopo un'attenta lezione teorica.

I membri dell'equipaggio ricevono tutta l'attrezzatura necessaria dal nostro centro (casco, abiti in neoprene, scarpe, aiuto al galleggiamento e una pagaia). Durante il percorso è possibile fare un bagno nelle acque del fiume. Tutto in massima sicurezza.



Tiro con l'arco:

E' uno sport che nasce molto tempo fa con lo scopo di cacciare, ora invece può essere anche uno sport per divertirsi e trascorrere momenti di svago. Può essere usato anche dai più piccoli con archi specifici per loro. Questo sport può essere adatto a tutti e svolto in massima sicurezza.



Orienteering:

Nell'Orienteering ognuno insegue il proprio obiettivo: l'atleta corre per raggiungere un risultato agonistico, la famiglia e il principiante per divertirsi in compagnia e trascorrere una sana giornata all'aria aperta. Chi partecipa ad una prova di Orienteering, utilizza una carta topografica realizzata appositamente per questo sport, con segni convenzionali unificati in tutto il mondo. Si gareggia individualmente o in gruppo, transitando dai diversi punti di controllo posti sul territorio.

Raggiungendo il punto di controllo si dovrà registrare il passaggio sul proprio testimone di gruppo. Vince chi impiega meno tempo. In questo sport non vince sempre il più veloce, ma colui che è in grado di orientarsi più rapidamente e di fare scelte di percorso migliori.



Percorsi ad ostacoli & Arrampicata sportiva



Educazione ambientale: Le tematiche

1. Il fiume

- Concetto di ecosistema fluviale: struttura e funzioni.
- Il fenomeno carsico, spiegazioni ed esempi con riferimenti specifici alla geologia del luogo.
- La vegetazione ripariale.
- La fauna del fiume, con particolare riferimento alla fauna bentonica.
- L'I.B.E. (Indice Biotico Esteso), come indicatore del livello di inquinamento delle acque.

Il bosco

- Concetto di ecosistema boschivo: struttura e funzioni.
- Elementi di selvicoltura e gestione del bosco.
- Flora e fauna.
- Saper leggere il bosco.

L'uomo e il territorio

- L'uomo e il fiume: le bonifiche, gli usi tradizionali e non, l'inquinamento delle acque, l'energia sostenibile.
- L'uomo e il bosco: l'utilizzazione del legname, la tutela del territorio, i rischi idrogeologici.
- La cartografia: come nasce, parametri generali, lettura delle carte IGM, come interpretare il territorio.

Il dissesto idrogeologico

- Degradazione del suolo, erosione, frane ed alluvioni.
- La conoscenza del territorio e l'individuazione delle zone a rischio.
- Gli argomenti e le visite, relativi all'educazione ambientale, sono effettuate da un Biologo esperto in tematiche ambientali.

Programmi esempio per 1 giorno (*Tutte le attività possono essere personalizzate*)

1) rafting 4 km (60min) + educazione ambientale + tiro con l'arco + orienteering:

Ore 9:15 arrivo presso il centro e organizzazione, divisione dei ragazzi in gruppi in modo da alternare le attività, verranno distribuite le attrezzature e verrà fatta una breve lezione su come affrontare il fiume.

Ore 10:00 inizio attività (rafting + tiro con l'arco + Educazione ambientale). L'imbarco avverrà all'interno del centro rafting. I ragazzi si alterneranno a gruppi nelle varie discipline.

Ore 13:00 termine attività e pranzo al sacco portato dai ragazzi, presso il centro rafting.

Ore 14:00 inizio attività (Orienteering).

Ore 16:00 termine attività.

Ore 16:30 partenza per i luoghi di provenienza.

2) Rafting

Ore 09.30 arrivo al centro rafting e preparazione:

saranno distribuite le attrezzature e verrà fatta una breve lezione su come affrontare il fiume.

Ore 10.00 inizio attività.

Ore 13.00 termine attività e pranzo al sacco portato dai ragazzi, presso il centro rafting.

Ore 15.00 Partenza per i luoghi di provenienza.

3) Rafting + educazione ambientale

Ore 09.30 arrivo al centro rafting, e preparazione alle attività. Divisione dei ragazzi in gruppi in modo da alternare le due attività. Un gruppo scenderà in gommone e l'altro si recherà lungo le rive del fiume per assistere alla lezione di Educazione ambientale, saranno distribuite le attrezzature, verrà fatta una breve lezione su come affrontare il fiume.

Ore 10.00 inizio attività.

Ore 13.00 termine attività e pranzo al sacco portato dai ragazzi, presso il centro rafting.

Ore 15.00 visita gratuita al museo del tartufo "Paolo Urbani".

Ore 16.00 Partenza per i luoghi di provenienza.

4)Rafting 8 km + mountain bike

Ore 09.30

arrivo al centro rafting, e preparazione alle attività. Divisione dei ragazzi in gruppi in modo da alternare le due attività. Un gruppo scenderà in gommone e l'altro farà attività di m.b. Saranno distribuite le attrezzature, verrà fatta una breve lezione su come affrontare il fiume e il percorso in mountain bike.

Ore 11.30 inversione dei gruppi.

Ore 13.00 termine attività.

Ore 13.30 pranzo al sacco portato dai ragazzi presso il centro rafting.

Ore 15.30 ritorno ai luoghi di provenienza.

5)Rafting + Arrampicata sportiva

Ore 09.30 arrivo al centro rafting, e preparazione alle attività. Divisione dei ragazzi in gruppi in modo da alternare le due attività. Un gruppo scenderà in gommone e l'altro andrà al percorso avventura.

Saranno distribuite le attrezzature, verrà fatta una breve lezione su come affrontare il fiume.

Ore 12.30 pranzo al sacco portato dai ragazzi presso il centro rafting

Ore 13.00 inversione dei gruppi.

Ore 15.30 termine attività.

Ore 16.00 ritorno ai luoghi di provenienza

Da Portare:

1. Scarpe di ricambio - comode da ginnastica (da bagnare)
2. Sono assolutamente vietate scarpe con suola liscia
3. Asciugamano
4. Ciabatte e Costume o cambio intimo
5. Cambio (maglietta e pantaloncini da bagnare)
6. Pranzo al sacco

Proposte Interdisciplinari e tariffe a persona per singola attività

(comprendono: attrezzature tecniche, assicurazione, servizio fotografico su usb e gratuità per gli insegnanti)

- Rafting
- Torrentismo (canyoning)
- Educazione Ambientale
- Percorso avventura
- Tiro con l'arco
- Orienteering
- Arrampicata sportiva
- Percorsi ad ostacoli
- Escursione guidata alla cascata delle Marmore
- Escursione guidata in mountain bike
- Fattoria didattica
- Visita al museo del tartufo
- Visita al museo ex ferrovia Spoleto-Norcia

tariffe a persona per singola attività

Rafting (5km-1,5 ore) fiume Nera	15 euro
Rafting (8km-2 ore) fiume Corno intero 1°+2° tratto	25 euro
Educazione Ambientale	4 euro
Tiro con l'arco	4 euro
Orienteering	4 euro
Percorso avventura	15 euro
Arrampicata sportiva e percorso ad ostacolo	20 euro

RIMANIAMO A DISPOSIZIONE PER CAMBIAMENTI DI PROGRAMMA E PREVENTIVI PERSONALIZZATI.
TUTTI I PREZZI SOPRAINDICATI SONO RISERVATI ALLE SCUOLE PERTANTO SAREBBE GRADITA LA NON DIVULGAZIONE IN RETE.

Periodi disponibili

Tutte le uscite potranno essere effettuate **dal 1° Settembre 2022 al 31 Ottobre 2023**

I certificati sotto riportati, sono tutti visionabili

- atto costitutivo
- statuto
- certificato attr.P.I.
- certificato affiliazione ente promozione sportiva
- certificato CONI
- certificato idoneità tecnica del personale
- certificato BLSD e BLS
- certificato responsabilità civile c.t.

Le nostre attrezzature vengono disinfettate secondo le indicazioni rilasciate dal Ministero della Salute