

# Attività Multisport 2021



## 1 GIORNO: GITA IN MONTAGNA (al Rifugio Bezzi, VALGRISENCHÉ).

Ritrovo 8:30 a Leverogne (Arvier). Piazzale che si vede sulla strada prima della galleria (se si sale da Aosta). 8:30-9:00 RITROVO, TRIAGE e accoglienza ragazzi con famiglie. Organizzazione macchine per salite fino a Usselier. A disposizione un pulmino con 4 posti. Partenza gita alle 10:00 (circa). Camminata al Rifugio (circa 2 ore e trenta). Spiegazione sul luogo, le montagne. PRANZO AL SACCO (quello che piace ai ragazzi, ricordatevi di dare almeno 2 bottigliette di acqua). Pomeriggio: lezione di topografia e orientamento. Rientro previsto al piazzale di Leverogne per le 16:00. Abbigliamento idoneo alla montagna: scarponcini o scarpe per la montagna, pantaloni lunghi o pantaloncini a seconda della giornata, maglietta di ricambio e k-way, cappellino, occhiali, bastoncini per camminare (optional), crema solare.

## 2 GIORNO: ARRAMPICATA IN FALESIA (falesia d'arrampicata LA RAVOIRE)

Ritrovo 8:30 in falesia (LA RAVOIRE). Si trova a sinistra sulla strada che va a Valgrisenche, appena dopo il paese di Rochefort. Appena prima di una galleria la vedete a sinistra con un grosso piazzale. 8:30-9:00 RITROVO, TRIAGE e accoglienza ragazzi con famiglie. Mattina: Lezione sui nodi, materiale, tecnica di arrampicata e a seguire arrampicata su alcune vie che ci sono in questa falesia. PRANZO AL SACCO (quello che piace ai ragazzi, ricordatevi di dare almeno 2 bottigliette di acqua). Pomeriggio: insegnamento di come si assicura il compagno (ovviamente con assistenza della guida). Fine corso alle 16:00 sempre in falesia.



Ai ragazzi verrà fornito l'imbrago (disinfettato e che useranno singolarmente senza MAI doversi scambiare). Assicurarsi di avere delle scarpe da ginnastica e abbigliamento adatto ad arrampicare. Consigliati i pantaloni lunghi.



## 3 GIORNO: RAFTING (Rafting Adventure Park a VILLENEUVE)

Ritrovo: 8:30 davanti all'ingresso del RAFTING (Frazione Chavonne 1- Villeneuve). 8:30-9:00 RITROVO, TRIAGE e accoglienza ragazzi con famiglie. PRANZO AL SACCO (quello che piace ai ragazzi, ricordatevi di dare almeno 2 bottigliette di acqua). Pomeriggio: Orienteering. Fine corso alle 16:00 davanti all'ingresso del rafting.

Abbigliamento obbligatorio: costume da bagno, asciugamano, ciabatte e materiale per fare la doccia.

**PS: IN CASO DI BRUTTO TEMPO IL PROGRAMMA POTRA' SUBIRE VARIAZIONI.  
I RESPONSABILI PROVVEDERANNO A CONTATTARE I PARTECIPANTI.**

### COSTI: PER OGNI TURNO

SENZA CONTRIBUTO UNITE'	QUOTA MASSIMA 240,00€		
CON CONTRIBUTO UNITE'	QUOTA MASSIMA 173,00€	QUOTA MINIMA	105,00€

### PER INFORMAZIONI RIVOLGERSI A:

utenti residenti nei 13 comuni della " Unité des Communes Grand Paradis "



TELEFONO 0165 921804 – 921805 dal lunedì al venerdì, dalle ore 9:00 alle ore 12:00 e dalle ore 14:00 alle ore 15:00 oppure ai seguenti riferimenti: CHANTAL 3393377924 o LUCA 3474038560

ISCRIZIONI: dal 26/05/2021 fino al 16/06/2021.

Invio moduli di domanda all'indirizzo [giovani@cm-grandparadis.vda.it](mailto:giovani@cm-grandparadis.vda.it)

