

Weekend negli **INSUBRIPARKS**



28 e 29 Ottobre 2023

GIORNO 1 - Parco Spina Verde con ritrovo c/o Parco Solare, Comune di Colverde (CO)

GIORNO 2 - Parco Gole della Breggia

11 e 12 Novembre 2023

GIORNO 1 - Parco Campo dei Fiori con ritrovo c/o Villaggio Cagnola (VA) località Rasa

GIORNO 2 - Parco della Pineta di Appiano Gentile e Tradate (VA)

PROGRAMMA DI MASSIMA

GIORNO 1

Ore 9:30/10:00

- Accoglienza
- Presentazione dello staff e del programma della giornata
- Presentazione progetto Insubriparks con focus sul Parco ospitante
- Consegna attrezzature ai partecipanti per la prima attività: allestimento del campo tendato

Ore 11:00

- Realizzazione di un campo tendato con approfondimento delle tecniche di organizzazione e allestimento
- Tutti i tipi di tende: tende sospese, tende Tepee, tende riscaldate, tende canadesi, tende lavvu (accampamento temporaneo tradizionale dei Sami, progettate per una sistemazione rapida e una rapida fuga, ma anche per sopravvivere a condizioni dure, come i venti di tundra).

Ore 13:00

- Pranzo

Ore 14:00

- Percorso Avventura con dimostrazione iniziale delle varie attività da svolgere:
- Ponti di corda e Slack Line
- Calata / Teleferica
- Tecniche di accensione del fuoco
- Tiro con l'arco istintivo

Ore 16:00

- Esercizi scoperta potenziale innato
- Meditazione

Ore 17:00

- Costruzione rifugio
- Metodi e consigli per vivere in sicurezza con la natura

Ore 18:00 / 18:30

- Preparazione cucina alla trapper (disposizione di tutto ciò che serve per la cucina outdoor)
- Accensione del fuoco con le tecniche apprese nel pomeriggio
- Wilderness cooking

Ore 21:30

- Consegna bracciali fluo per visibilità notturna
- Partenza trekking osservazione notturna con guida del parco con arrivo ore 22:15 / 22:30

Ore 23:00

- Partenza rientro al campo base al buio per orientamento sensoriale
- Arrivo campo base e pernottamento in tenda

GIORNO 2

Ore 7:30

- Colazione
- disallestimento campo base

Ore 9:30

- Transfer al secondo parco

Ore 10:00/10:30

- Introduzione con gli operatori del Parco
- Escursione guidata alla scoperta del Parco

Ore 12:30

- Consegna attestati di partecipazione
- Light lunch e saluti