



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



CENTRO EDUCAZIONE AMBIENTALE GAIA

Il Nostro Parco - Sport e natura Programma di educazione ambientale per le scuole nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini & Appennino Umbro-Marchigiano

Sport e Natura

è la formula con cui l'Associazione Sportiva GAIA da trenta anni organizza programmi personalizzati per scolaresche, adeguati all'età dei partecipanti e alle esigenze didattiche degli insegnanti.

Uniamo attività sportive all'aria aperta con esperienze culturali sul territorio incentivando l'inclusione, la socializzazione, il lavoro di squadra e la consapevolezza.

E' possibile organizzare escursioni giornaliere o campi scuola di più giorni.

Chi siamo

L'Associazione Sportiva GAIA **dal 1994** organizza attività sportive all'aria aperta (trekking, rafting, kayak fiume/lago, escursioni in mountain bike, parchi avventura, orienteering, tiro con l'arco, ciaspolate, nordic walking), nel territorio della Valnerina e del Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Le sedi operative sono a **Serravalle di Norcia (PG)** presso la Stazione dell'Ex Ferrovia Spoleto-Norcia e al **Lago di Fiastra (MC)**.

Dal 1994 l'Associazione Sportiva GAIA, superando i rigidi criteri di selezione dei soggetti idonei a svolgere attività di educazione ambientale con le scuole di ogni ordine e grado, è stata riconosciuta e certificata dalla Regione Marche come **Centro di Educazione Ambientale (CEA)** nel Programma Informazione, Formazione Educazione Ambientale (INFEA) della Regione Marche (D.D. N°100 del 30/12/2011) e fa parte della Rete CEA del Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

L'Associazione Sportiva GAIA è l'unico Centro Rafting e Parco Avventura in Umbria e nelle Marche ad avere il riconoscimento di Centro di Educazione Ambientale.

Il CEA Gaia può sviluppare progetti ed essere inserita fra le attività dell'Alternanza Scuola-Lavoro.

In questi anni abbiamo portato avanti iniziative atte a favorire un riavvicinamento uomo-natura, fra le quali i programmi di educazione ambientale e attività di sport all'aria aperta, **praticati anche da persone disabili**. L'Associazione Sportiva GAIA è un operatore nel settore del turismo responsabile. La validità delle nostre proposte è confermata dalle centinaia di scuole e le migliaia di persone che hanno usufruito dei nostri servizi.



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



Note tecniche e sicurezza

i ragazzi sono seguiti da **guide escursionistiche-ambientali** e da **guide di media montagna** abilitate da esami della Regione Marche e della Regione Umbria, **Guide del Parco Nazionale** dei Monti Sibillini.

Gli istruttori del Parco Avventura sono qualificati da corso di formazione istruttore-soccorritore.

Le **guide fluviali** sono formate e qualificate da Istruttori di canoa della F.I.C.K (Federazione Italiana Canoa Kayak).

Il **materiale tecnico** fornito è omologato e igienizzato ad ogni utilizzo.

Le **lezioni** di approfondimento naturalistico e gli **ecolaboratori** sono tenuti da biologi e naturalisti.

Finalità progettuali e obiettivi didattici

- ✓ avviare con gli alunni un dialogo sulla necessità di raggiungere un equilibrio tra lo sfruttamento delle risorse naturali e la conservazione di habitat naturali, come punto di partenza per un modello di sviluppo sostenibile;
- ✓ promuovere una relazione organica, continuativa e produttiva tra scuola e territorio;
- ✓ riscoprire attraverso la natura le nostre capacità sensoriali;
- ✓ sensibilizzare gli alunni sull'importanza delle aree protette;
- ✓ far conoscere le tappe che ci hanno portato all'attuale paesaggio;
- ✓ far capire che la conoscenza dell'ambiente non è possibile senza la conoscenza del rapporto tra uomo e ambiente.

Tutte le attività sportive all'aria aperta sono integrate da note tecniche per fare in modo che i ragazzi possano svolgere l'attività sportiva senza particolari attitudini fisiche.

Le attività sportive all'aria aperta sono abbinate a lezioni sul campo per conoscere in modo approfondito gli ambienti naturali. In particolare saranno analizzati la flora, la fauna, il paesaggio e la sua evoluzione.

Le attività di monitoraggio degli ambienti acquatici e terrestri saranno concordate con i docenti delle discipline scientifiche in modo da dare continuità al percorso didattico già avviato in classe.



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



ESCURSIONI GIORNALIERE PROPOSTA 1 RAFTING + ECOLABORATORIO

Ore 09.00 - Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e suddivisione dei ragazzi in due gruppi:

- primo gruppo: **discesa in gommone (metà tratto, durata un'ora)**,
- secondo gruppo: **ecolaboratorio**: studio dell'ecosistema fluviale con raccolta di campioni biologici (fauna macrobentonica) atti alla valutazione della qualità ambientale

Ore 11.00 - Inversione delle attività dei due gruppi

Ore 13.00 - Pranzo al sacco portato dai ragazzi presso l'area pic nic antistante il Centro Rafting

Ore 14.30 - Possibilità di una visita libera della città di Norcia e/o della cioccolateria.

L'escursione sarà integrata con una lezione di approfondimento biologico-naturalistico, concordata con gli insegnanti, che tratterà i seguenti argomenti:

- Caratteristiche del bacino idrografico del fiume Corno
- Ecosistema fluviale: flora e fauna
- Parametri chimici, fisici e biologici per la valutazione della qualità delle acque correnti
- Prelievo e osservazione di campioni biologici
- Caratteristiche ambientali, socio culturali ed economiche della Valnerina

Equipaggiamento: l'attrezzatura necessaria per la discesa in gommone (muta e calzari in neoprene, giacca d'acqua, giubbotto salvagente e casco) è fornita dall'organizzazione;

i ragazzi dovranno portare: tuta e scarpe da ginnastica, **k-way**, asciugamano, costume (da indossare sotto alla muta fornita dall'organizzazione) **ricambio** di intimo, pantaloni, maglietta e scarpe (in caso di maltempo i ragazzi potrebbero bagnarsi nello svolgere le altre attività all'aria aperta previste durante la giornata)

RECAPITI

Telefono: Angelisa 348.735.6565 - Giuliano 338.767.8308

Web site: www.asgaia.it - Posta elettronica: prenota@asgaia.it



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



PROPOSTA 2 Lago di Fiastra

Parco Avventura al Lago di Fiastra + trekking + orienteering

Ore 09.30 - Arrivo al centro Avventura nel Parco al lago di Fiastra (MC), area pic-nic località Boccioni

Escursione a piedi guidata nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini (itinerario da concordare in base alle diverse esigenze delle scuole: **Lame Rosse**, suggestivi pinnacoli di scaglia rossa modellati dagli agenti atmosferici con approfondimenti naturalistici e geologici, **sentiero natura lungo lago, fonte dell'Aquila, Rio sacro, piani di Ragnolo, sentiero delle acque a Pieve Torina**).

Ore 13.00 - Pranzo al sacco presso l'area pic-nic

Ore 14.00 - **Parco Avventura** con **passaggi sospesi** fra gli alberi (ponte Tibetano, passaggi su funi, vari passaggi sospesi sugli alberi con **suggestive teleferiche finali di 130 e 160 metri che attraversano il Lago**), lezione di cartografia e gara di **orienteering** a squadre

Ore 18.30 - Partenza

L'escursione sarà integrata con una lezione di approfondimento biologico-naturalistico, concordata con gli insegnanti, che tratterà i seguenti argomenti:

- Il Parco Nazionale dei Monti Sibillini, uno scrigno di biodiversità
- Ecosistema lacustre: flora e fauna
- Uso plurimo delle acque

Equipaggiamento

i ragazzi dovranno portare: abbigliamento comodo sportivo, scarpe da trekking o da ginnastica con fondo non liscio (no tipo Converse) con calzini lunghi, borraccia, cappello, un piccolo zaino con acqua, pranzo al sacco e **k-way** o giacca antipioggia (una sacca con cambio completo da lasciare in autobus)

PROPOSTA 3 Lago di Fiastra

Parco Avventura al Lago di Fiastra +Orienteering + Tiro con l'arco

Ore 09.30 - Arrivo al centro Avventura nel Parco al lago di Fiastra (MC)

Ore 10.00 - Lezione di cartografia e gara di **orienteering** a squadre

Ore 13.00 - Pranzo al sacco presso l'area pic-nic

Ore 14.30 - **Parco Avventura** con **passaggi sospesi** fra gli alberi (**ponte Tibetano, passaggi su funi, vari passaggi sospesi sugli alberi con suggestive teleferiche finali di 130 e 160 metri che attraversano il Lago**), prove di **tiro con l'arco**

Ore 18.00 - Partenza



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



PROPOSTA 4

RAFTING + ECOLABORATORIO + TREKKING SUL TRACCIATO EX FERROVIA SPOLETO-NORCIA

Ore 09.00 - Arrivo a Borgo Cerreto (PG) ed **Escursione a piedi guidata** a lungo il tracciato dell'Ex Ferrovia Spoleto-Norcia con approfondimenti naturalistici degli ambienti attraversati

Ore 12.30 - Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e pranzo al sacco portato dai ragazzi presso l'area pic nic antistante il Centro Rafting

Ore 13.30 - Suddivisione dei ragazzi in due gruppi:

- primo gruppo: **discesa in gommone metà tratto (durata un'ora)**,
- secondo gruppo: **ecolaboratorio**: studio dell'ecosistema fluviale con raccolta di campioni biologici (fauna macrobentonica) atti alla valutazione della qualità ambientale

Ore 15.00 - **Inversione delle attività dei due gruppi**

Ore 16.30-17 - Partenza e/o possibilità di una visita libera della città di Norcia o della cioccolateria

L'escursione sarà integrata con una lezione di approfondimento biologico-naturalistico, concordata con gli insegnanti, che tratterà i seguenti argomenti:

- Caratteristiche del bacino idrografico del fiume Corno
- Ecosistema fluviale: flora e fauna
- Parametri chimici, fisici e biologici per la valutazione della qualità delle acque correnti
- Prelievo e osservazione di campioni biologici
- Caratteristiche geologiche, ecologiche, floristiche e faunistiche degli altipiani carsici

PROPOSTA 5

RAFTING + PARCO AVVENTURA

Ore 09.00 - Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e suddivisione dei ragazzi in due gruppi:

- primo gruppo: **discesa in gommone metà tratto (durata un'ora)**,
- secondo gruppo: **parco avventura** (percorso attrezzato sugli alberi con una serie di passaggi sospesi realizzati mediante un ponte tibetano, un ponte tirolese, tronchi disposti in serie e delle emozionanti teleferiche)

Ore 11.30 - **Inversione delle attività dei due gruppi**

Ore 14.00 - Pranzo al sacco portato dai ragazzi presso l'area pic nic antistante il Centro Rafting

Ore 15.30 - Possibilità di una visita libera della città di Norcia e della cioccolateria



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



PROPOSTA 6

RAFTING + ECOLABORATORIO + TREKKING GEOLOGICO A CASTELLUCCIO DI NORCIA

Ore 09.00 - Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e suddivisione dei ragazzi in due gruppi:

- primo gruppo: **discesa in gommone metà tratto (durata un'ora)**,
- secondo gruppo: **ecolaboratorio**: studio dell'ecosistema fluviale con raccolta di campioni biologici (fauna macrobentonica) atti alla valutazione della qualità ambientale

Ore 11.00 - **Inversione delle attività dei due gruppi**

Ore 13.00 - Pranzo al sacco portato dai ragazzi presso l'area pic nic antistante il Centro Rafting

Ore 15.00 - **Escursione a piedi a Castelluccio** di Norcia nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini con approfondimenti geologici, biologici ed ecologici. E' possibile anche osservare la faglia di recente formazione che ha determinato lo straordinario abbassamento dei piani di circa un metro
ore 18.00 Partenza

L'escursione sarà integrata con una lezione di approfondimento biologico-naturalistico, concordata con gli insegnanti, che tratterà i seguenti argomenti:

- Caratteristiche del bacino idrografico del fiume Corno
- Ecosistema fluviale: flora e fauna
- Parametri chimici, fisici e biologici per la valutazione della qualità delle acque correnti
- Prelievo e osservazione di campioni biologici
- Caratteristiche geologiche, ecologiche, floristiche e faunistiche degli altipiani carsici

PROPOSTA 7

RAFTING + PARCO AVVENTURA + TREKKING

Ore 09.00 - Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e suddivisione dei ragazzi in due gruppi:

- primo gruppo: **discesa in gommone metà tratto (durata un'ora)**,
- secondo gruppo: **parco avventura** (percorso attrezzato sugli alberi con una serie di passaggi sospesi realizzati mediante un ponte tibetano, un ponte tirolese, tronchi disposti in serie e delle emozionanti teleferiche)

Ore 11.30 - **Inversione delle attività dei due gruppi**

Ore 14.00 - Pranzo al sacco portato dai ragazzi presso l'area pic nic antistante il Centro Rafting

Ore 15.00 - **Escursione a piedi** a lungo il tracciato dell'Ex Ferrovia Spoleto-Norcia



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



PROPOSTA 8

RAFTING + ECOLABORATORIO + VISITA DEL BORGO E DEGLI OIFICI

DI

RASIGLIA + TREKKING ALLE CASCATE DI PALE

Ore 09.00 - Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e suddivisione dei ragazzi in due gruppi:

- primo gruppo: **discesa in gommone metà tratto (durata un'ora)**,
- secondo gruppo: **ecolaboratorio**: studio dell'ecosistema fluviale con raccolta di campioni biologici (fauna macrobentonica) atti alla valutazione della qualità ambientale

Ore 11.00 - Inversione delle attività dei due gruppi

Ore 13.00 - Pranzo al sacco portato dai ragazzi presso l'area pic nic antistante il Centro Rafting

Ore 15.00 - Arrivo a **Rasiglia** e **visita guidata** per al pittoresco borgo costruito intorno alle sorgenti del Fiume Menotre, un **ecomuseo di archeologia industriale** in cui sono ancora presenti e visitabili mulini, filande, gualchiere, centraline idroelettriche dei primi anni del 1900

Ore 17.00 - Arrivo a Pale ed **escursione a piedi alle suggestive cascate del Fiume Menotre**

Ore 18.00-18.30 - Partenza

L'escursione sarà integrata con una lezione di approfondimento biologico-naturalistico, concordata con gli insegnanti, che tratterà i seguenti argomenti:

- Caratteristiche del bacino idrografico del fiume Corno e del Fiume Menotre
- Ecosistema fluviale: flora e fauna
- Parametri chimici, fisici e biologici per la valutazione della qualità delle acque correnti
- Prelievo e osservazione di campioni biologici
- Uso plurimo delle acque dal Medioevo ad oggi

PROPOSTA 9

RAFTING + PARCO AVVENTURA + MUSEO E LABORATORIO DELLA CANAPA

Ore 09.00 - Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e suddivisione dei ragazzi in due gruppi

- primo gruppo: **discesa in gommone metà tratto (durata un'ora)**,
- secondo gruppo: **parco avventura** (percorso attrezzato sugli alberi con una serie di passaggi sospesi realizzati mediante un ponte tibetano, un ponte tirolese, tronchi disposti in serie e delle emozionanti teleferiche)

Ore 11.30 - Inversione delle attività dei due gruppi

Ore 14.00 - Pranzo al sacco portato dai ragazzi presso l'area pic nic antistante il Centro Rafting

Ore 15.30 - Arrivo a Sant'Anatolia di Narco e **visita del museo della canapa e laboratorio di tessitura** ed intreccio dell'antica fibra

Ore 18.00 – Partenza



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



PROPOSTA 10 Lago di Fiastra

Parco Avventura al Lago di Fiastra + Orienteering + Canoa

Proposta riservata alle scuole secondarie di secondo grado

- Ore 09.00** - Arrivo al centro **Avventura nel Parco** al lago di Fiastra (MC), area pic-nic località Boccioni
- Ore 09.30** - Suddivisione dei ragazzi in tre gruppi: primo gruppo: lezione per un primo approccio alla **canoa** e escursione guidata al lago su canoe doppie, secondo gruppo: lezione di cartografia e gara di **orienteering** a squadre orienteering, terzo gruppo: **Parco Avventura con passaggi sospesi** fra gli alberi (ponte Tibetano, passaggi su funi, vari passaggi sospesi sugli alberi con **suggestive teleferiche finali di 130 e 160 metri che attraversano il Lago**)
- Ore 11.30** - Prima inversione dei gruppi
- Ore 13.30** - Pranzo al sacco presso l'area pic-nic
- Ore 14.30** - Seconda inversione dei gruppi
- Ore 18.00** - Partenza

PROPOSTA 11 Lago di Fiastra

Trekking + Orienteering + Canoa

Proposta riservata alle scuole secondarie di secondo grado

- Ore 09.00** - Arrivo al centro **Avventura nel Parco** al lago di Fiastra (MC), area pic-nic località Boccioni
- Ore 09.30** - Escursione a piedi nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini (itinerario da concordare in base alle diverse esigenze delle scuole: **Lame Rosse**, suggestivi pinnacoli di scaglia rossa modellati dagli agenti atmosferici con approfondimenti naturalistici e geologici, **sentiero natura lungo lago, Fonte dell'Aquila, Rio Sacro, piani di Ragnolo, sentiero delle acque a Pieve Torina**).
- Ore 13.30** - Pranzo al sacco presso l'area pic-nic
- Ore 14.30** - Suddivisione dei ragazzi in due gruppi: primo gruppo: lezione per un primo approccio alla **canoa** e escursione guidata al lago su canoe doppie, secondo gruppo: lezione di cartografia e gara di **orienteering** a squadre
- Ore 16.00** - Inversione dei gruppi
- Ore 18.00/18.30** - Partenza



A.S. GAIA - Via Feliciano Fedeli 8/D – 06034 Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 3387678308
WebSite: www.asgaia.it E-mail: prenota@asgaia.it



PROPOSTA 12 Lago di Fiastra ***Nordic walking + Parco avventura + Orienteering***

Ore 09.00 - Arrivo al centro **Avventura nel Parco** al lago di Fiastra (MC), area pic-nic località Boccioni

Ore 09.30 - Suddivisione dei ragazzi in due gruppi, primo gruppo: facile escursione con primi rudimenti di **Nordic Walking** (camminata nordica) con l'utilizzo degli appositi bastoncini nei pressi del lago; secondo gruppo: **Parco Avventura** con **passaggi sospesi** fra gli alberi (ponte Tibetano, passaggi su funi, vari passaggi sospesi sugli alberi con **suggestive teleferiche finali di 130 e 160 metri che attraversano il Lago**)

Ore 11.00 - Inversione dell'attività dei due gruppi

Ore 13.30 - Pranzo al sacco presso l'area pic-nic

Ore 14.30 - Lezione di cartografia e gara di **orienteering** a squadre

Ore 16.00 - Inversione dei gruppi

Ore 17.30/18.00 - Partenza