Dragon Boat: Risvegliate il drago che c'è in voi!

Cos'è:

Il Dragon Boat è un'imbarcazione lunga circa 12 mt in grado di ospitare un equipaggio di 20 persone (10 a destra e 10 a sinistra) che, al ritmo del tamburo del prodiere, pagaiano all'unisono per raggiungere il traguardo sotto la guida esperta del timoniere!
Le origini di questa disciplina risalgono ad oltre 2000 anni fa quando, narra la leggenda, il poeta e statista cinese Qu Yuan si gettò nel fiume Mi-Lo con un atto disperato per protestare contro le vessazioni cui veniva sottoposto il suo popolo dal governo di allora. Oggi il movimento dei remi con cui i pescatori sbattevano con forza le acque per allontanare i pesci dal corpo del poeta è stato sostituito dal ritmo incessante dell'entrata in acqua della pagaie e dal rumore del tamburo.

Il Target:

La sicurezza dei nostri Dragoni è tale da permetterci di organizzare uscite persino con studenti delle scuole elementari, dai bambini di quinta fino ai maturandi. Possiamo affermare che, grazie alle collaborazioni con la SDA Bocconi e con grandi aziende per Team Building, chiunque abbia avuto l'opportunità di provare il Dragon Boat è rimasto entusiasta della forza di aggregazione di questo sport:

"Tutti insieme sulla stessa barca!"
"Tutti assieme al ritmo del tamburo!"

Perché:

Pagaiare su una Dragon Boat oltre ai benefici dell'esercizio fisico comporta, in ambito formativo, l'intervento in modo efficace su aspetti di leadership, coordinamento dei ruoli, comunicazione e lavoro di gruppo. Pagaiare assieme a ritmo, misurare le fatiche per raggiungere un obiettivo comune, sono elementi che caratterizzano questa attività e richiedono sforzi comunicativi e di team work. Inoltre i vostri ragazzi si "immergeranno" nei racconti e nelle vicende dei Navigli apprendendo la Storia di Milano in maniera piacevole. Divertimento, sicurezza e apprendimento ed un rinnovato spirito di squadra garantiti!

Visitando una delle zone più caratteristiche e piacevoli di Milano avrete la possibilità di offrire ai vostri ragazzi un'uscita didattica insolita che abbini attività fisica, contenuti storici e lavoro di gruppo in totale sicurezza.
Tra i nostri clienti, oltre ad alcune scuole primarie e a numerose scuole secondarie di primo e di secondo grado ci piace ricordare *SDA Bocconi, Ikea, Next Group, PricewaterhouseCoopers...*

Il programma della giornata:

- Accoglienza del gruppo presso la sede della Canottieri San Cristoforo.
- Canottaggio, Canoa e Kayak - differenze e similitudini tra questi sport illustrate dai nostri istruttori
- Suddivisione in gruppi di lavoro per poter partecipare in maniera alternata ai due momenti formativi
    - "I Navigli e la Storia: realtà, aneddoti e leggende" - il fascino di un'opera idraulica unica nel suo genere e la loro attuale funzione e la "Chiesa di San Cristoforo" - visita guidata per conoscere la storicità e l'importanza di questo luogo nel contesto cittadino milanese
    - Prova di voga su remoergometro per simulare lo sforzo e la tecnica del gesto del canottaggio
- I gruppi dopo aver preso parte ai due momenti formativi sopra illustrati si ricongiungono per accedere al lavoro sull'utilizzo della pagaia
- "Le tecniche di pagaiata": come si usa la pagaia e come si voga in gruppo
- "Alla conquista della Darsena" - uscita di gruppo con i nostri Dragon Boat. Scoprirete anche voi come l'esperienza di navigare all'interno della città possa diventare un ricordo che entrerà a far parte del bagaglio culturale dei ragazzi e di tutti coloro che vivono Milano

Le uscite si effettuano con qualsiasi condizione atmosferica

Durante lo svolgimento delle attività è obbligatoria la presenza di almeno un insegnante/educatore in quanto responsabile della classe.
È prevista la gratuità fino 2 o più insegnanti/accompagnatori a classe, in base ai posti disponibili.
L'organizzazione dei mezzi di trasporto è a carico della scuola. Canottieri San Cristoforo fornirà le cartine stradali e le informazioni necessarie per raggiungerci
Canottieri San Cristoforo garantisce la copertura assicurativa su tutta l'attività svolta

Dove:

Scegliete voi la location più adatta:

- sui Navigli fino alla nuova, suggestiva, Darsena

Oppure proponeteci il vostro itinerario e studieremo insieme la soluzione!

Canottieri San Cristoforo
Alzaia Naviglio Grande 122, 20144 Milano

Form di Contatto per un preventivo

Simone (Responsabile Dragon Boat): ✆ **3341528193** ✉

simone.lunghi@canottierisancristoforo.it