

**PROPOSTA 4: RAFTING “SOFT” + ORIENTEERING + GROTTA DEL ROMITO
DURATA: 2 GIORNI**

GIORNO 1

RAFTING “SOFT” - AVVENTURA SUL FIUME LAO

Il Rafting Soft è un’esperienza avventurosa e sicura lungo il fiume Lao. Il modulo è pensato per introdurre gli studenti al rafting in un contesto naturale mozzafiato, adatto a tutti i livelli.

Programma:

Ore 09:30: Ritrovo presso la sede di Lao Rafting e preparazione.

Ore 10:00: Partenza per il Rafting Soft (4 km, circa 1 ora).

Ore 11:30: Fine dell’attività, cambio abiti e tempo libero.

Ore 13:00: Pranzo al sacco presso la sede di Lao Rafting o ville comunali adiacenti.

Attrezzatura fornita: muta, giacca ad acqua, aiuto al galleggiamento e casco protettivo.

Abbigliamento consigliato: costume da bagno o intimo da indossare sotto la muta, scarpe da ginnastica da poter bagnare, cambio completo di vestiti e scarpe, asciugamano ed occorrente per la doccia.

ORIENTEERING – ESPLORA E SCOPRI LAINO BORGO

L’Orienteering è un’attività dinamica che aiuta gli studenti a sviluppare capacità di orientamento e cooperazione. Il modulo si svolge nel centro storico di Laino Borgo, trasformando il borgo in un campo di gara esplorativa.

Programma:

Ore 14:30: Spiegazione delle attività di Orienteering

Ore 15:00: Gara di Orienteering nei vicoli del centro storico di Laino Borgo.

Ore 17:00: Fine delle attività.

Attrezzatura fornita: Mappe topografiche. **Abbigliamento consigliato:** Abbigliamento sportivo, adatto al contesto urbano.

GIORNO 2

VISITA ALLA GROTTA DEL ROMITO + TREKKING E PRANZO

Un modulo che unisce storia, archeologia e natura, con la visita alla Grotta del Romito, uno dei più importanti siti preistorici d’Europa, ed un percorso di trekking immerso nella natura del Parco del Pollino per raggiungere la grotta e ritorno.

Programma:

Ore 08:30: spostamento presso Lao River Camp

Ore 09:00: Trekking naturalistico per arrivare alla Grotta del Romito

Ore 10:00: Visita guidata alle incisioni rupestri.



Ore 11:00: Trekking di ritorno alla Lao River Camp.

Ore 13:00: Pranzo presso Lao River Camp a base di prodotti tipici della zona

Ore 15:00: Relax e rientro.

Mezza pensione con cena, pernottamento e colazione presso Hotel Convenzionato, situato a Rotonda, a circa 20 minuti dal nostro paese, Laino Borgo e pranzo al Lao River Camp.

Costo a persona: 120 euro