

## INFORMAZIONI SUL MATERIALE NECESSARIO

### Da portare sempre con sé:

- ✗ zainetto
- ✗ scarpe da trekking o da ginnastica resistenti
- ✗ costume da bagno e asciugamano
- ✗ felpa
- ✗ bottiglietta di acqua e snack
- ✗ mountain bike (solo per i ragazzi 11-14 anni)

### Per il canyoning:

- ✗ vestiti da indossare sotto la muta: costume e/o maglietta (si bagneranno)
- ✗ scarpe da ginnastica per camminare nell'acqua
- ✗ asciugamano
- ✗ felpa

### Per la notte in tenda:

- ✗ sacco a pelo
- ✗ giacca a vento impermeabile
- ✗ vestiti caldi
- ✗ un cambio biancheria intima e calzini

### Pranzo

I pasti sono inclusi nel costo dell'iscrizione. Durante le attività che prevedono il pasto all'esterno sarà nostra cura fornire il pranzo al sacco.

### Orario

dalle ore 8.00 alle ore 17.00

### Prezzo

260€ a settimana - (POSTI LIMITATI)\*

Si richiede il pagamento della somma per l'iscrizione relativa all'attività scelta tramite bonifico bancario sul conto intestato a Friends of Arco - IBAN IT61 W030 6934 3130 0000 4090 976 e la ricevuta del pagamento effettuato alla seguente mail: info@mmove.it

\* - la settimana sarà confermata con un minimo di 8 partecipanti.

**NB: il programma può subire modifiche in base alle condizioni meteo e al gruppo a discrezione della guida alpina.**

## PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

**Mmove**  
into nature

**Mmove - Into Nature**

Via Legionari Cecoslovacchi, 14 - 38062 Arco (TN)  
Cell. +39 334 2193862  
www.mmove.it - info@mmove.it



# Adventure camp 2020



Sport nella natura per bambini e ragazzi dagli 8 ai 14 anni

luglio-agosto 2020



arrampicata, vie ferrate, canyoning, bike, canoa.

Quante attività si possono fare all'aria aperta? Tante! E con MMOVE? Tutte!

MMOVE, organizza campi estivi per bambini e ragazzi dagli 8 agli 14 anni per avvicinarsi alle attività outdoor divertendosi in sicurezza, sempre accompagnati da esperte Guide Alpine.

**Mmove**  
into nature

mmove.it

# Adventure camp 2020

Bambini 8-10 anni  
programma

06-10  
LUGLIO

03-07  
AGOSTO

13-17  
LUGLIO

10-14  
AGOSTO

## Ragazzi 11-14 anni (TUTTI GLI SPOSTAMENTI VENGONO FATTI IN MOUNTAIN BIKE) programma

### / LUNEDÌ /

#### arrampicata

Dopo aver fatto conoscenza con accompagnatori e Guide Alpine, i bambini iniziano la giornata alla scoperta dell'arrampicata, con giochi e percorsi tecnico-didattici.

Nel pomeriggio si inizia a scalare su roccia, conquistando gradualmente tutti i segreti dei sassi di Prabi. Si imparano le prime manovre di corda e si scopre il "bouldering". Alla fine della giornata, bagno rinfrescante nel fiume Sarca.

Pranzo: presso ristorante "California", loc. Prabi

### / MARTEDÌ /

#### via ferrata (Arco)

Per raggiungere una parete di arrampicata dovremmo affrontare la ferrata del "Colodri", facile ferrata dove impareremo a muoverci su sentieri attrezzati in modo autonomo.

Pranzo: al sacco

### / LUNEDÌ /

#### arrampicata

Dopo aver fatto conoscenza con accompagnatori e Guide Alpine, i bambini iniziano la giornata alla scoperta dell'arrampicata, con giochi e percorsi tecnico-didattici.

Nel pomeriggio si inizia a scalare su roccia, conquistando gradualmente tutti i segreti dei sassi di Prabi. Si imparano le prime manovre di corda e si scopre il "bouldering". Alla fine della giornata, bagno rinfrescante nel fiume Sarca.

Pranzo: presso ristorante "California", loc. Prabi

### / MARTEDÌ /

#### bike e via ferrata Alla scoperta delle Vie Ferrate

Bike e via ferrata- "Alla scoperta delle Vie Ferrate" L'Alto Garda è una delle mete più ambite d'Europa per tutti gli scalatori ed escursionisti che vengono a cimentarsi sulle nostre pareti e vie ferrate. Questa giornata offre ai ragazzi una bellissima opportunità per avvicinarsi ai sentieri attrezzati della nostra zona, avventurandosi sul Monte Colodri ed inoltrandosi nel suggestivo canyon del rio Salagoni a Drena. Gli spostamenti verranno fatti con le mountain-bike scoprendo sentieri e ciclabili dell'Alto Garda.

Pranzo: presso ristorante "California", loc. Prabi

### / MERCOLEDÌ /

#### canyoning (Val di Ledro o Tignale)

Preparatevi a conoscere uno scenario magico e ancora intatto: acqua fresca e limpida, insenature nascoste, cascate inaspettate, scivoli, tuffi, sassi arrotondati... tutto questo in un paesaggio ancora preistorico e misterioso. Sarà un'esperienza indimenticabile!

Pranzo: ristorante Passo Ampola

### / GIOVEDÌ e VENERDÌ /

#### trekking (Monte Altissimo)

Trasferimento a Brentonico con i furgoni di MMOVE; dalla località di S.Valentino inizia il trekking, che ci porterà in cima al monte Altissimo, dove trascorreremo la notte in tenda. Una volta arrivati prepareremo il nostro campo base: monteremo le tende, accenderemo il fuoco e poi... grigliata sotto le stelle! Venerdì mattina dopo colazione si smonta il campo e si ritorna in valle.

Pranzo: al sacco

### / MERCOLEDÌ /

#### canoa e climbing In canoa sul lago scalando sulle pareti che lo circondano

In canoa andremo a scoprire alcuni anfratti nascosti della costa del lago di Garda e raggiungeremo le ripide pareti che da lì s'innalzano; proveremo a scalarle per poi tuffarci nell'acqua fresca. Un'esperienza davvero diversa e divertente! Nel pomeriggio continueremo la scoperta delle spiagge dove è possibile arrampicare.

Pranzo: presso ristorante "California", loc. Prabi

### / GIOVEDÌ /

#### arrampicata & canyoning Il binomio perfetto

Continuiamo la nostra esperienza di arrampicata su roccia mettendo a frutto tutto quello che abbiamo imparato sulla parete di arrampicata al Passo Ampola. Preparatevi a conoscere uno scenario magico e ancora intatto: acqua fresca e limpida, insenature nascoste, cascate inaspettate, scivoli, tuffi, sassi arrotondati, in un paesaggio ancora preistorico e misterioso. Il canyoning sarà un'esperienza indimenticabile! Notte in tenda.

Pranzo: al sacco

### / VENERDÌ /

#### mountain bike tour Alla scoperta di una grotta

Discesa su Riva del Garda attraverso la ciclabile della Val di Ledro e uscita speleologica. Con le nostre biciclette scopriremo la valle di Ledro: sentieri e ciclabili ci porteranno sino alla mitica "Ponale" per scendere fino a Riva e raggiungere infine Arco.

Pranzo: al sacco

Mmove  
into nature

mmove.it