

ASD Accademia RCC – Roma Center Clim

Via Cassia 1634, Roma · palestra-arrampicata-roma.it · @rcc_climb_roma

Alla cortese attenzione del Dirigente Scolastico

Oggetto: Presentazione del progetto “Arrampicata e Consapevolezza – Metodo KataClimb” in orario curricolare o extracurricolare

IL PROGETTO

Arrampicata e Consapevolezza nasce dalla collaborazione tra l'ASD Accademia RCC e gli istituti scolastici che vogliono offrire ai propri studenti un'esperienza educativa in cui l'arrampicata diventa strumento di crescita personale e di consapevolezza.

Il metodo di riferimento è KataClimb – educazione alla percezione e al movimento consapevole – fondato da Marco Nescatelli, istruttore e formatore con oltre trent'anni di esperienza nell'arrampicata sportiva e nella crescita personale attraverso il movimento.

La didattica è pratica: non c'è niente da studiare. I ragazzi sperimentano il metodo sulla parete e vedono subito i risultati. Bastano pochi incontri, ma vanno impostati e seguiti, perché dietro c'è una didattica precisa. Il progetto è già stato realizzato con l'Istituto International Saint-Dominique di Roma e con un istituto Cepu.

COSA SVILUPPANO I RAGAZZI

- **Quiete attiva.** Prima di un passaggio difficile si impara a fermarsi, respirare e ascoltare, senza farsi muovere dalla paura o dalla fretta. Da quella quiete si sceglie come muoversi e come parlare con il compagno. Non è passività: è la condizione per scegliere.
- **Fiducia in sé.** Ogni esercizio è costruito perché il ragazzo ci riesca. Vede con i suoi occhi che un passaggio che sembrava impossibile diventa possibile, seguendo una sequenza precisa. La fiducia non gliela diamo noi: la scopre facendo.
- **Fiducia negli altri.** In cordata la sicurezza di chi sale è nelle mani di chi resta a terra. I ragazzi imparano ad affidarsi e a essere affidabili, a turno, parlandosi alla pari.
- **Percezione.** Il corpo, l'equilibrio, il respiro, il compagno: in parete si impara a sentire quello che di solito non si nota. È un'abilità che resta anche fuori dall'Accademia.

MODALITÀ OPERATIVE

Destinatari: alunni della scuola primaria, secondaria di primo e secondo grado.

Luogo: ASD Accademia RCC – Via Cassia 1634, Roma.

Prima Lezione: 2 ore per gruppo, da 15 a 25 ragazzi. Non è una prova: è la prima tappa del metodo.

Mini percorso: per chi vuole proseguire: 4 giornate per classe, costruite sulla classe, su preventivo. Alla scelta delle date la scuola versa un acconto di conferma di 250 €, che riserva date e istruttori; il saldo entro la prima giornata.

Giorno e orario: concordati con la scuola, nella fascia dalle 9 alle 17.

Costo: Prima Lezione 10 € per alunno, comprensivi di assicurazione, materiale tecnico e istruttori. Mini percorso su preventivo.

Tempi: richiesta almeno 4 settimane prima della data; dopo la telefonata la scuola riceve il preventivo con la data concordata e lo conferma per iscritto. Prima Lezione: dati dei ragazzi e saldo entro 3 settimane prima, la data è confermata con il saldo. Mini percorso: acconto alla scelta delle date, dati dei ragazzi 3 settimane prima della prima giornata, saldo entro la prima giornata.

Iscrizioni: ogni partecipante viene tesserato con l'ente di promozione sportiva per la copertura assicurativa, con il modulo di adesione firmato dai genitori. I moduli mancanti si completano fino a 7 giorni prima: dopo, chi non ha i documenti non partecipa, il gruppo sì.

CHI CONDUCE GLI INCONTRI

Giammarco Rinauro (laurea in Filosofia) e **Marco Mellozzini** (laureando in Scienze Motorie, Università del Foro Italico). Entrambi sono cresciuti nell'Accademia – rispettivamente da quando avevano 16 e 14 anni – fino a completare l'intero percorso formativo del metodo KataClimb, seguito da un anno di tirocinio. Hanno oltre dieci anni di esperienza nell'insegnamento dell'arrampicata a bambini, ragazzi e adulti.

REFERENTE E CONTATTI

Referente del progetto: Marco Nescatelli, Direttore ASD Accademia RCC – marco@marconescatelli.net

Documenti e adesioni: Segreteria RCC – rccsegreteria@gmail.com

Siamo disponibili per un incontro di presentazione del progetto presso l'istituto o in Accademia.

Il Direttore dell'ASD Accademia RCC

Marco Nescatelli