

Projecte Rocòdrom Municipal a Sant Vicenç de Montalt 2021

Pla de posada en marxa de l'espai d'escalada – Rocòdrom

És important i necessari incorporar els infants dins d'aquestes propostes.

Activitats escolars dins de l'horari lectiu, on un tècnic dinamitzi les classes i doni els coneixements tècnics i de seguretat a la instal·lació. Els beneficis pels infants estan demostrats, com poden ser des de la psicomotricitat, equilibri, coordinació, atenció cognitiva, presa de decisions, força, superació i cooperació; aquestes són alguns dels aspectes positius que podem guanyar amb la psicomotricitat i l'escalada a l'hora de treballar-ho amb infants.

Alhora que treballem amb escoles, paral·lelament es poden començar a fer **activitats extraescolars amb infants**, siguin de les activitats escolars que han fet en horari lectiu o altres.

Activitats d'integració social, gent amb mobilitat reduïda... dins d'aquests col·lectius l'escalada i l'equilibri són aspectes que poden millorar el dia a dia d'aquestes persones, des de la integració social, cooperació, treball en equip, fins l'equilibri, percepció de l'espai....

Un altre col·lectiu important són els **socis/es escaladors** que volen seguir entrenant en plafons i estructures escalables de manera continua

Afegir el **col·lectiu de gent que fa altres activitats** com pot ser fitness, crossfit, calistenia i volen millorar aspectes de força, equilibri i provar l'escalada.

La formació, aquest concepte és important, ja que als espais com els rocòdroms i bulders, podem treballar la gestualitat del moviment, la tècnica, la seguretat de manera controlada i personalitzada, per després anar a escalar a la roca. Per tant dins d'aquestes instal·lacions on tenim punts d'ancoratge segurs, podem donar formació en escalada i maniobres de corda.

Aquestes són algunes de les propostes per poder dinamitzar un espai d'escalada

La gran majoria d'aquestes activitats que han d'estar dirigides per algú són autogestionades amb les quotes de les inscripcions, per tant sense comportar cap despesa adicional a l'instal·lació. Inclús el manteniment de les preses, canvi d'aquestes poden estar incloses en un possible conveni amb la persona que gestioni aquestes activitats.