



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΤΟΙΧΟ ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗΣ ΤΟΥ ΟΑΚΑ

Σας προσκαλούμε στην αναρριχητική πίστα του Ολυμπιακού Σταδίου, στον τόπο συνάντησης, άθλησης και παιχνιδιού δεκάδων παιδιών καθημερινά.

Η εκπαιδευτική δράση πραγματοποιείται στον ειδικά διαμορφωμένο χώρο μας έκτασης 650τμ. υπό τη συνεχή επίβλεψη και καθοδήγηση έμπειρων εκπαιδευτών.

Οι τοίχοι αναρρίχησης φτάνουν τα 13 μ. ύψος και έχουν σχεδιαστεί με γνώμονα την ασφάλεια τηρώντας τις παγκόσμιες προδιαγραφές UIAA, έτσι ώστε ακόμα και τα γλιστρήματα να είναι πολύτιμες και διασκεδαστικές εμπειρίες μάθησης.

Κάθε παιδί δοκιμάζει μια άνετη ή και προκλητική εμπειρία αναρρίχησης σε διαδρομές με χρήση σχοινού, τραβέρσες χαμηλού ύψους με στρώματα, ανεμόσκαλες, ομαδικά παιχνίδια και παιχνίδια ισορροπίας.

Το πρόγραμμα διαρκεί τρεις 3 ώρες (ανάλογα με τον αριθμό των συμμετεχόντων) και περιλαμβάνει:

- **Μάθημα Αναρρίχησης**

Παρουσιάζουμε με ζωντανή επίδειξη τις βασικές τεχνικές αναρρίχησης και τη σχέση αναρριχητή-ασφαλιστή.

- **Ομαδικά Παιχνίδια**

Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες και παίζουν σκυταλοδρομίες σκαρφαλώνοντας σε χαμηλή τραβέρσα με στρώματα. Εξοικειώνονται με την κινησιολογία της αναρρίχησης και το διασκεδάζουν!

- **Αναρρίχηση με σχοινί**

Τα παιδιά σκαρφαλώνουν σε παιδικό αναρριχητικό τοίχο ύψους 8 μ. σε διαδρομές ειδικά διαμορφωμένες για τις δυνατότητές τους. Οι εκπαιδευτές τους φορούν τον ειδικό εξοπλισμό, τα «ασφαλίζουν» και τα καθοδηγούν καθ' όλη τη διάρκεια της διαδρομής.

- **Αναρρίχηση σε ανεμόσκαλα**

Σε μια πραγματικά αιωρούμενη ανεμόσκαλα, ο εκπαιδευτής ασφαλίσει δίνοντας την ευκαιρία σε κάθε παιδί να ανεβεί 13 μ. και να δει το ολυμπιακό κολυμβητήριο από ψηλά!

- **Τραμπολίνο**

Άλματα, χαλάρωση και παιχνίδι για το τέλος!

- **Βίντεο- προβολή**

Μεταφερόμαστε «στο πατάρι» της πίστας για κολατσιό και αναρριχητικά videos γεμάτα περιπέτεια.

Ελάτε να δούμε τη ζωή από ψηλά!

Για κρατήσεις, επικοινωνήστε με τον υπεύθυνο εκπαιδευτικών προγραμμάτων κ. Νίκο Κόδρο
E-mail: oakaclimbing@gmail.com

Σπύρου Λούη 37, ΟΑΚΑ (Μέσα στο κλειστό κολυμβητήριο), **τηλ.:** 210 68 53 241, **κιν.:** +30 697 800 1008

website: www.oakaindoorclimbing.gr

e-mail: info@oakaindoorclimbing.gr

 [/OakaIndoorClimbing/](https://www.facebook.com/OakaIndoorClimbing/)