

# Natura

Resum d'activitats

C. Mitjà i Superior

## Itineraris de natura

Ens familiaritzarem amb el concepte d'ecosistema i entendrem les diferents relacions que s'estableixen dins de la natura. A més a més, explorarem l'alzinar mediterrani que ens envolta tot aprenent sobre les diferents aus i els seus tipus de cants, els mamífers que hi podem trobar i les diverses plantes i propietats que trobem en el nostre entorn.

## Herbes remeieres

Per tal d'apropar-nos més a la natura i a les antigues costums, ens familiaritzarem amb la figura del remeier i remeiera. Descobrirem les propietats curatives d'algunes plantes i aprendrem a realitzar ungüents i alcohols a partir d'aquestes per fer cures com es feia antigament. D'aquesta manera, podrem transmetre estima i respecte per la natura i tenir un contacte més proper amb ella.

## Trekking a l'ermita de Palera

Sabeu que un pelegrinatge fins l'ermita de Palera es considera com pelegrinar fins Jerusalem? Descobrirem el que significa pelegrinar, qui són els pelegrins i la importància de l'ermita de Palera, la qual va acollir una gran ordre de cavalleria coneguda com El Sant Sepulcre de Palera.

## Orientació amb brúixola

Amb ajuda d'una brúixola aprendrem a com orientar-nos pel bosc i coneixerem d'altres tècniques per si algun dia ens trobem una mica perduts! Farem una ruta per grups on haurem de parar-nos en certs punts i descobrir quin rumb hem d'agafar.

## Bosc Vertical - Tirolines i ponts flotants

Des de més de 8 metres d'altura passarem d'arbre en arbre per ponts flotants, ponts de mico, lliscant amb skate i llançant-nos en llargues tirolines. L'activitat, com tota la resta, serà adaptada als diferents nivells d'edats i coordinades amb tota seguretat pels monitors tècnics en esports.

## Rocòdrom

Aprendrem les tècniques per moure'ns en total seguretat i confiança pel rocòdrom. De ben segur que un cop hi haguem baixat per primera vegada voldrem repetir tot seguit al sentir la gran satisfacció d'haver arribat fins a dalt de tot!

## Tir amb arc

Aprendrem a tirar amb arc, una activitat practicada des de fa centenars d'anys on harem de posar en pràctica la nostra concentració i respiració per apuntar a la gran diana. El tir amb arc és una gran diversió al mateix temps que un exercici de superació!

## BJJ

Farem una ruta en bicicleta pels diferents camins que surten de la casa de colònies tot descobrint la natura que ens envolta des d'un punt de vista diferent. Una manera de fer esport mentre gaudim de les meravelloses vistes que ens envolten al llarg de la nostra excursió.

