

# MOUNTAIN SUMMIT



Activitat orientada a assolir un objectiu comú, l'ascens a un cim, compartint els valors intrínsecs de l'excursionisme i treballant dinàmiques de grup en un entorn immillorable.

## DINÀMICA DE L'ACTIVITAT

Les persones participants es trobaran amb l'equip de guies al punt d'inici de l'excursió.

Abans de començar l'ascensió, es repartiran mapes i brúixoles tot recordant l'itinerari, la distància, el desnivell i la durada prevista de l'activitat.

Posteriorment, es començarà la ruta. Durant aquesta es dinamitzaran alguns tallers fent que tothom sigui partícip de l'activitat.

Arribats al cim, es farà una celebració conjunta i es començarà el descens, on es reflexionarà sobre les sensacions viscudes i els nous aprenentatges.

Al final de l'activitat es compartiran aquestes reflexions, generant una posada en comú entre les persones que hi vulguin participar.

## HABILITATS I COMPETÈNCIES

- Millora de la comunicació entre els membres del grup.
- Lideratge i rols.
- Treball en equip i cooperació.
- Millora la integració dins del mateix grup.



### Localització

Dependrà del cim escollit.



### Durada

4-5 hores.



### Material necessari

Calçat i roba adequats, motxilla, beure i quelcom per picar.

### INCLOU

Guies de muntanya.  
Mapa de la zona i brúixola per equips.  
Assegurança d'accidents i RC.  
Record audiovisual de l'activitat.

### NO INCLOU

Desplaçament de les persones participants.  
Res no especificat en l'apartat anterior.

