

10 buone ragioni per pedalare

mobilesport.ch



Con un'attività ciclistica i partecipanti imparano a

- 1 sviluppare uno stile di vita sano e attivo,
- 2 praticare uno sport attivamente,
- 3 conoscere il proprio corpo in termini di forza, mobilità e capacità sotto sforzo,
- 4 utilizzare un mezzo di locomozione sostenibile,
- 5 affrontare sfide nuove e inaspettate,
- 6 agire autonomamente (ho tutto il materiale che mi occorre?),
- 7 fare attività fisica all'interno di un gruppo, interagire, comportarsi con rispetto e condividere oggetti ed esperienze,
- 8 spostarsi in maniera sicura e rispettosa (ad es. valutare rischi e pericoli),
- 9 destreggiarsi e sapersi comportare nel traffico,
- 10 divertirsi all'aria aperta e in mezzo alla natura.