

Seguici

Accedi

MODA \ BELLEZZA \ BENESSERE \ EMOZIONI \ MATRIMONIO \ CASA \ RICETTE \ MAMMA \ LIFESTYLE \ CODICI SCONTO

Home (<http://www.unadonna.it>) » Lifestyle (<http://www.unadonna.it/lifestyle/>) » Sport Femminili (<http://www.unadonna.it/lifestyle/sport-femminili/>)

Go rafting! In Valsesia si gioca con l'acqua

Un'idea alternativa ad un weekend al mare su spiagge affollate, che però non rinunci all'acqua? Rafting e Hydrospeed sono alcune delle attività sportive che potrete scegliere di fare sul Sesia.

15 luglio 2016



Rafting sul Sesia con Sesia Rafting A.S.D.

Abbiamo provato per voi il **rafting sul fiume Sesia**, dove l'esperienza elettrizzante di una discesa sul fiume non è solo per pochi: non è necessario avere alcuna preparazione atletica particolare e l'unico requisito è sapere nuotare (ecco i nostri consigli per [cominciare ad andare in piscina](http://www.unadonna.it/benessere/piscina-per-principianti/207554/)). La nostra discesa è durata **più di due ore** ma non è stato possibile annoiarsi.

La discesa di rafting: ecco come funziona

Viene fornita dal centro escursioni tutta l'**attrezzatura necessaria**: muta termica, giubbotto di salvataggio, caschetto e infine pagaia, indispensabile strumento per destreggiarsi tra le onde.

La guida, dopo aver impartito a terra e in acqua calma una **lezione tecnica** e le eventuali misure di sicurezza, accompagna i gruppi lungo i tratti più suggestivi del Sesia compresi tra il paese di Piodè e Varallo tra rapide, correnti e discese adrenaliniche.

Il rafting alterna momenti di **lavoro di gruppo** e forte coesione a momenti di calma dove godersi le chiacchiere con i compagni e il panorama offerto dal fiume con la sua fauna e la sua flora. Motivo per cui tante aziende scelgono di far fare questa esperienza ai propri dipendenti quando è necessario creare coesione (il famoso *team building*).

La discesa inizia con la **rapida di Balmuccia**, un tratto di fiume tranquillo e suggestivo che permette all'equipaggio neofita di iniziare a conoscersi testando le varie manovre.

Si prosegue poi per dieci chilometri tra le correnti energizzanti di questo fiume in un susseguirsi di rapide con nomi divenuti celebri tra gli appassionati di queste discipline acquatiche: **Trancia, Slalom, Ubriaco, Igloo** sono le più famose. La discesa si conclude infine all'inizio del paese di Varallo in una zona calma che permette di sbarcare comodamente a riva.

Perché ne vale la pena?

Scesi dal gommone ci si sente super sportivi per un giorno, come se si fosse compiuta un'impresa celebre sulle acque.

Divertente, stimolante e un'ottima attività sportiva che ci piace molto per la sua peculiarità di saper alternare forti pagaiate a momenti tranquilli, per riprendere fiato, scoprire il paesaggio e giocare con l'acqua.

Noi vi consigliamo i **simpaticissimi ragazzi di Sesia Rafting A.S.D.** (<http://www.sesiarafting.it/it/home>) via Isola Vocca (Vc), centro attrezzato dove troverete bravi istruttori anche per scegliere di fare dei veri e propri corsi di acquaticità di alcuni giorni tra **canyoning, kayak e hydrospeed** con possibilità di campeggiare, grigliare liberamente a bordo lago e rilassarvi nel verde dopo la vostra esperienza sportiva.

di **Eleonora Tosco** (<http://www.unadonna.it/author/eleonora-tosco/>)

Tweet

Condividi 1

Vedi altri articoli su: [Sport Femminili](http://www.unadonna.it/lifestyle/sport-femminili/) |

Leggi anche:



(<http://www.unadonna.it/lifestyle/litalia-vince-oro-agli-europei-di-pattinaggio-sul-ghiaccio/77005/>)

L'Italia vince l'oro agli Europei di pattinaggio sul ghiaccio (<http://www.unadonna.it/lifestyle/litalia-vince-oro-agli-europei-di-pattinaggio-sul-ghiaccio/77005/>)

Anna Cappellini e Luca Lanotte superano la coppia russa e si aggiudicano il titolo continentale. Un trionfo che conferma le speranze in vista delle Olimpiadi



(<http://www.unadonna.it/lifestyle/ginnastica-ritmica-la-moderna-legnano-verso-i-nazionali-di-pesaro-2014/105089/>)

Ginnastica ritmica: la Moderna Legnano verso i nazionali di Pesaro 2014

(<http://www.unadonna.it/lifestyle/ginnastica-ritmica-la-moderna-legnano-verso-i-nazionali-di-pesaro-2014/105089/>)

Ottimi risultati per la ginnastica ritmica di Legnano al Campionato Nazionale con Laura Paris e la sezione GPT nel Sincrogym 2014, che si qualificano per Pesaro 2014



(<http://www.unadonna.it/lifestyle/papa-francesco-incontra-le-ragazze-della-nazionale-di-ritmica/116156/>)

Papa Francesco incontra le ragazze della Nazionale di Ritmica (<http://www.unadonna.it/lifestyle/papa-francesco-incontra-le-ragazze-della-nazionale-di-ritmica/116156/>)

Nella giornata di celebrazione per i 70 anni del CSI, emozionante esibizione delle ragazze della squadra italiana di fronte al pontefice, grande amico dello sport



(<http://www.unadonna.it/lifestyle/susie-wolff-in-pista-a-silverstone-dopo-22-anni-una-donna-in-f1/121121/>)

Susie Wolff in pista a Silverstone: dopo 22 anni una donna in F1

(<http://www.unadonna.it/lifestyle/susie-wolff-in-pista-a-silverstone-dopo-22-anni-una-donna-in-f1/121121/>)

Solo cinque giri per la tedesca nelle prove libere in vista del Gran Premio di Gran Bretagna in programma domenica. Susie è stata appiedata da un problema meccanico alla sua Williams

Commenti

Il tuo indirizzo email non sarà pubblicato. I campi obbligatori sono contrassegnati *

Commento

Invia un commento per questo articolo