

## TURISMO SPORTIVO ATTIVO e HIKING SOSTENIBILE: L'INCONTRO TRA BENESSERE, AVVENTURA, NATURA E CULTURA.

→ CdS in Scienze Motorie e Sportive di UniCA in collaborazione con CAI Scuola Cagliari ←

Nell'immaginario comune, parlare di turismo sportivo attivo<sup>(1)</sup> richiama immediatamente attività fisiche legate a sport spettacolari e oggi molto diffusi come il kitesurf, l'hydrofoil surfing, gli spring SUP race, il kayak e altri ancora. Tuttavia l'accezione più completa del termine rimanda a una visione ben più ampia: una relazione multidimensionale che integra diverse attività fisiche con esperienze immersive di tipo naturale e culturale, contribuendo a quel complessivo e positivo stato di salute fisica, mentale e sociale che normalmente definiamo benessere. È proprio in questa prospettiva che il Dipartimento di Scienze mediche e sanità pubblica di UniCA, dal 13 al 24 aprile ha organizzato la prima edizione del Blended Intensive Programme<sup>(2)</sup> in Active Sport Tourism. L'iniziativa ha visto la partecipazione di 4 studenti italiani e 22 studenti europei accompagnati da 3 docenti, provenienti dalle università di Gdansk University (Polonia), Universidade de Maia Umana (Portogallo), Universidad Politecnica de Madrid e Universidad Francisco de Vitoria (Spagna).

Come sottolineato dalla prof.ssa Myosotis Massidda di UniCA, coordinatrice del progetto, gli studenti hanno partecipato con risultati decisamente positivi alle attività di Kayak, Orienteering, Free Climbing, Sail e Hiking, conseguendo integralmente la certificazione finale di 5 ECTS<sup>(3)</sup>.



- (1) È importante ricordare la netta differenza esistente tra il turismo sportivo passivo, associato alla partecipazione a eventi e spettacoli sportivi, rispetto all'Active Sport Tourism, che prevede la diretta partecipazione alle attività sportive.
- (2) Gli Erasmus Blended Intensive Programmes (BIP) sono una tipologia di mobilità breve e intensiva prevista dal nuovo programma Erasmus+ 2021-2027. Questi progetti intensivi, caratterizzati da innovative modalità di apprendimento e di insegnamento, permettono di svolgere un'esperienza di internazionalizzazione che combina una mobilità fisica breve con una componente virtuale obbligatoria.
- (3) Gli ECTS (European Credit Transfer and Accumulation System) risultano l'unità di misura del lavoro richiesto ad uno studente universitario. A livello italiano 1 ECTS equivale ad 1 CFU (Credito Formativo Universitario).

Alla realizzazione del progetto, interamente svolto in lingua inglese, hanno collaborato anche partner territoriali quali il CNSAS Sardegna, con un intervento online di F. Secci sulla gestione e prevenzione dei rischi nelle attività outdoor e il CAI Scuola della sezione di Cagliari, con W. Bertoloni e S. Piredda, che hanno curato e gestito sia gli aspetti pratici sia quelli scientifico-culturali e di sostenibilità delle due attività di hiking svolte presso il Parco di Molentargius e la Sella del Diavolo.



L'esperienza appena conclusa tra il corso di studi in Scienze Motorie e il CAI Scuola ha messo in evidenza come, anche in ambito universitario, le attività sportive svolte in ambienti naturali rivestano un ruolo significativo per il benessere psicofisico. È emersa inoltre la necessità, per i futuri professionisti del settore, di acquisire una formazione multidisciplinare in cui l'aspetto tecnico dell'attività fisica sia strettamente integrato con le peculiarità dell'ambiente naturale. Tale prospettiva apre alla possibilità di una futura collaborazione tra il CAI Scuola e il suddetto corso di studi.



Ulteriori informazioni su:

<https://www.ussic.it/pre-ussic-educational-event>

<https://magazine.unica.it/tra-sport-e-natura-il-1-blended-intensive-program-active-sport-tourism/>