



corpoacqueo

SEMINARIO DI FORMAZIONE **RAFIKI MAJI** BAKARI SWIMMING COURSE

SAVONA / 22 NOVEMBRE 2026

Il progetto **Rafiki Maji** nasce dall'incontro tra **Francesca Micheli**, fondatrice di Sister Island e **Rossella Pisano**, counselor Ipso e allenatrice di nuoto Fin. Il desiderio comune è quello di aprire una **scuola nuoto per i bimbi del Centro Sister Island** per la prevenzione dall'annegamento e la sicurezza in acqua. Il progetto è iniziato a fine agosto 2022 con la messa in acqua di tutti i bimbi e una formazione di alcuni insegnanti di nuoto di Zanzibar. Il seminario di formazione è rivolto alle volontarie/i che potranno così accompagnare i bimbi in mare rispettando quelli che sono i punti chiave del metodo per arrivare agli obiettivi.

DOMENICA 22 NOVEMBRE 2026

- 8.30/9.15 Presentazione del programma e del gruppo.
Centro Studi Interreligioso, Corso Colombo 22 Savona
- 9.30/10.30 Esperienze in acqua Corpoacqueo per tutto il gruppo dei partecipanti
(Video in acqua su rossellapisano.info)
Piscina Olimpica Zanelli, Corso Colombo 3 Savona
- 11.15/13.00 Condivisione dell'esperienza in acqua
Aspetti teorici:
- La paura dell'acqua
- Come reagisce il nostro Sistema Nervoso Autonomo
- Il galleggiamento e la respirazione nei tratti caratteriali
- 14.00/17.30 - Le prese corporee e gli esercizi
- Il ruolo dell'operatore e le sue competenze:
Presenza, contatto, ascolto nella relazione affettiva con il bambino
- Il ruolo del volontario
- Sister Island e la struttura del corso Rafiki Maji
- Chiusura lavori
Centro studi Interreligioso, Corso Colombo 22 Savona

REFERENTI DEL PROGETTO

Francesca Micheli, +255 774 150688 – info@sister-island.com

Rossella Pisano, 347 1393311 – pisanoross@gmail.com

