

Atividades Radicais Seguras para Crianças



Cheias de energia para dar e vender, as crianças estão sempre à procura de formas de se aventurarem no mundo, e as **atividade radicais** ao ar livres são uma boa forma de permitir essas aventuras e momentos de descoberta!

Descubra quais os desportos radicais mais indicados e seguros para as crianças e prepare um verão cheio de aventuras com os mais pequenos!

As melhores atividades radicais para crianças

Escalada

Este desporto radical pode ser feito num espaço interior e seguro para as crianças, numa parede de escalada criada de propósito para os mais novos. A idade mais indicada para a prática deste desporto é 7 anos e apresenta diversos benefícios, como a superação do medo, desenvolvimento da coordenação motora e do raciocínio lógico e a capacidade de resolução de problemas.

Surf

Perfeito para o verão, o surf é um dos desportos radicais que atrai muitas crianças, devido à proximidade com a água e a praia. É indicado para crianças a partir dos 5 anos e promove a concentração, contacto com a natureza, melhorias na postura e no equilíbrio e ainda o desenvolvimento da capacidade pulmonar e cardiovascular.

Arborismo

O arborismo assusta algumas pessoas, mas muitas crianças ficam entusiasmadas com a ideia de andarem em cima das árvores! Alguns parques de desportos radicais criam percursos mais pequenos e baixos, especialmente feitos para que as crianças possam atravessá-los sem receios. Indicado para crianças a partir dos 6 anos, o arborismo promove o contacto com a natureza, o equilíbrio, raciocínio lógico e a superação do medo.

Skate

Mundialmente conhecido e apreciado, o skate é um desporto que fascina os mais novos, pelas manobras incríveis que permite fazer. É a partir dos 7 anos que as crianças se podem aventurar a tentar equilibrar-se em cima de um skate, num desporto que fortalece as articulações, tonifica os músculos, alivia o stress e promove a concentração e o equilíbrio.

Atividade Radicais para Crianças: divirta-se este verão!

Estes são só alguns exemplos das **atividades radicais** que pode fazer com os mais pequenos nos dias de verão! Para além de lhes despertar o espírito aventureiro, estará a promover outras capacidades e skills que os acompanharão para o resto das suas vidas.