

## **RITMICA SUMMER CAMP 2020**

### **Settimane dal Lunedì al Venerdì**

(i periodi sono indicati in base alle disposizioni delle Autorità Comunali)

- 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> settimana dal 6 al 17 luglio
- 3<sup>a</sup> e 4<sup>a</sup> settimana dal 27 luglio al 7 agosto

### **Iscrizioni a numero chiuso**

**ORARIO:** dalle ore 8.30 alle ore 17.00

### **PROGRAMMA:**

8.30/9.00	accoglienza al centro sportivo (Palazzetto)
9.00	inizio attività a corpo libero e con i piccoli attrezzi, percorsi motori, o piscina
11.00	merenda di metà mattina (a base di frutta)
12.30	pausa pranzo
14.00	relax
14.30	laboratorio di creatività, espressività corporea, o piscina
16.30	merenda
17.00	fine attività

IL VENERDÌ POMERIGGIO: consegna degli attestati di partecipazione

### **QUOTE DI DUE O QUATTRO SETTIMANE DI PARTECIPAZIONE:**

(comprensive di assicurazione e ingressi in piscina)

**€140** valore quota settimanale

- 2 settimane = totale €270
- 4 settimane = totale €520

### **QUOTE PER DUE SORELLE:**

- 2 settimane = totale €520 (€130 a settimana per figlia)
- 4 settimane = totale €960 (€120 a settimana per figlia)

Il versamento della quota può essere effettuato direttamente presso la reception della nostra piscina, in contanti o con bancomat.

## MATERIALE OBBLIGATORIO:

- Bottiglia d'acqua grande
- Scarpe da ginnastica (da indossare dopo l'ingresso in palestra)
- Telo o tappetino per attività da sdraiate
- Disinfettante per mani e mascherina
- Costume da bagno, accappatoio, cuffia e ciabatte per la piscina
- Indossare pantaloncini e canotta

Tutte le iscritte riceveranno una lunch box in omaggio.

NB: Non sarà possibile utilizzare gli spogliatoi, pertanto le ginnaste dovranno presentarsi in palestra già con l'abbigliamento sportivo.

## DA PORTARE IL PRIMO GIORNO:

- **Certificato Medico** (solo se scaduto o per esterni alla società)
- **Autocertificazione** ai sensi degli artt. 46 e 47 d.p.r. n. 445/2000

## REGOLE E NORME DA RISPETTARE:

- In presenza di febbre (oltre 37,5°C) o altri sintomi influenzali non è consentito entrare in struttura ma si deve ritornare al proprio domicilio e chiamare il proprio medico di famiglia e l'autorità sanitaria.
- In caso di passata positività al Covid-19, non è consentito accedere all'impianto sportivo se non in possesso di certificato di guarigione.
- Non è consentito entrare o rimanere nei locali del centro sportivo qualora, anche successivamente all'ingresso, sussistano le condizioni di pericolo (sintomi di influenza, temperatura superiore a 37,5° o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, ecc.), per cui le disposizioni delle autorità competenti impongano di informare il medico di famiglia, l'autorità sanitaria e di rimanere al proprio domicilio.
- Agli accompagnatori non è consentito entrare e sostare nei locali del centro sportivo.
- Gli spogliatoi sono chiusi nel rispetto delle linee guida anti-Covid19; è dunque necessario presentarsi in palestra già con l'abbigliamento sportivo.
- Durante gli allenamenti dovranno essere garantite le distanze.
- Le iscrizioni saranno a numero chiuso per rapporto istruttore/num./atlete.
- **Il pranzo e le merende personali devono essere al sacco per ragioni di maggior sicurezza.**
- Il personale non è autorizzato a somministrare medicinali.
- La Polisportiva declina ogni responsabilità in relazione a danni o perdita di oggetti personali.
- Durante le attività è vietato l'uso del cellulare.

**Responsabile Tecnica:** Daniela Rossi      tel. +39 3331976789

Per esigenze particolari siete pregati di contattare la Responsabile Tecnica.