



POL. DIL. ENERGYM

cell. 3274684912 -3297370022 - 3463089425

e.mail: prenotazioni.energym@gmail.com

Facebook Instagram YouTube

GINNASTICA ARTISTICA CESENATICO



ETA': 8-20 anni (divisi per fasce di età)

PERIODO: dal 11 al 17-06-2023

e/o dal 3 al 09-09-2023

Da Domenica a Sabato pomeriggio

Max 60 posti a settimana

LOCALITA'

Cesenatico è un paese turistico sul mare Adriatico. La lunga spiaggia e tutte le attrattive che questa località porta in sé, da l'idea della vacanza e del divertimento che aspetta chi avrà voglia di partecipare a questa settimana. Il canale, il porto e il faro danno la sensazione della vera vita marina.



COME SI SVOLGE:

IL CORSO

Insegnanti di educazione fisica, specializzati in ginnastica artistica svilupperanno un lavoro di 20 ore suddiviso tra i vari attrezzi e il lavoro generale di potenziamento mobilità e coordinazione. Uno studio approfondito su parallele e acrobatica sarà sviluppato per le atlete a livello agonistico con un allenatore supplementare. Il campus è aperto a tutti coloro che vogliono perfezionarsi in questo sport e provare la vita di comunità.



Tutti i giorni

sarà seguito un programma che comprende lezioni in palestra di:

- ◆ elementi di pre-acrobatica e acrobatica
- ◆ elementi alla trave
- ◆ elementi al volteggio
- ◆ elementi al trampolino
- ◆ elementi di coreografia
- ◆ elementi alla parallele

ATTIVITA' RICREATIVE

Saranno organizzate escursioni per conoscere l'ambiente naturale. Altre giornate saranno organizzate per proporre un rilassante momento in piscina o in spiaggia. Per finire alla sera video, gelateria e giochi all'aperto sulla spiaggia.

SISTEMAZIONE

La Polisportiva si è convenzionata con un centro specializzato di ginnastica artistica e acrobatica generale.

L'Accademia Acrobatica di Cesenatico mette a disposizione della Polisportiva le camere composte da 2 a 6 posti letto. Ogni stanza ha il proprio bagno personale compreso di doccia. Il nostro personale sarà sempre presente sia nelle ore diurne, sia nelle ore notturne. Durante la giornata le atlete svolgeranno la loro attività presso il Centro Accademia Acrobatica dotato di:

- ◆ una piscina e solarium
- ◆ una palestra all'aperto con buca
- ◆ una palestra accessoriata al coperto
- ◆ un bar ristorante



COSA DEVONO PORTARE:

Per il NUOTO: costume, accappatoio o telo da bagno, un paio di ciabatte, l'occorrente per la doccia (rigorosamente contenitori in plastica). Consigliamo lo shampoo solo a giorni alterni.

Per la ginnastica artistica body o magliette e pantaloncini e scarpette

Per la/le SETTIMANA/E : tutti i cambi ritenuti idonei di abbigliamento (almeno un cambio pesante) e biancheria intima - pigiama - k-way - set igiene orale -pettine o spazzola - asciugamani e accappatoio per la doccia

MENSA:

Il pranzo e la cena saranno preparati dall'Accademia Acrobatica stessa. Diete particolari, allergie o intolleranze alimentari sono da segnalare all'atto dell'iscrizione

COSA SI DEVE FARE

Accompagnare il/la ragazzo/a dalle ore **17,00 alle 19,00** di DOMENICA 11/06 o 03/09 2023 presso ACCADEMIA - V.le C. Colombo, 35 - Cesenatico(+39-054784.935), dove saranno ritirati i bagagli e portate le atlete nelle proprie camere. Sarà presente lo staff a cui saranno affidate le piccole atlete/i per tutta la settimana, e si potrà così vedere l'ambiente dove passeranno le loro giornate. Il loro ritiro nello stesso luogo, avverrà dalle ore 14.00 alle ore 17,00 di SABATO 17/06 o 09/09 2023.

ISCRIZIONE:

E' **OBBLIGATORIO** il **Certificato MEDICO** in **CORSO DI VALIDITA'** per tutto la settimana. e **FOTOCOPIA TESSERA SANITARIA**

- ◆ **quota associativa annuale €.** 20,00 (con validità dell'anno sociale dal 1 giugno 2023 al 31 maggio 2024)
- ◆ **quota vacanza (all inclusive) €.** 400,00
- ◆ **obbligatorio anticipo di euro 100,00 con bonifico bancario** in qualità di caparra da versarsi entro il **15 maggio** per garantire la prenotazione dell'albergo dove saremo alloggiati. (200.00 per chi è interessato alla

doppia offerta), contestualmente alla prenotazione via e mail all'indirizzo :

prenotazioni.energym@gmail.com

intestato a Polisportiva Energy con causale "Cesenatico" e nome dell'atleta interessato/a
Iban IT23V0306909606100000143156

Banca Intesa San Paolo

La quota comprende per tutti:

- ✓ SCUOLA di ginnastica ARTISTICA
- ✓ Controllo costante di un insegnante per tutto il periodo del campus
- ✓ Uso della palestra e di tutte le attrezzature dell'impianto sportivo
- ✓ Accesso alla piscina
- ✓ Pranzo, cena e merenda
- ✓ Uscite e gita ad Atlantica
- ✓ Assicurazione R.C



STAFF ORGANIZZATIVO Pol Energy:

Lo staff si riserva di variare il programma in base alle esigenze climatiche.

e.mail: prenotazioni.energym@gmail.com

www.energym.info