

Vademecum per l'accesso alla palestra Gymnasium Gioy

- a) Possono partecipare al Camp tutti i ginnasti in regola con la certificazione medica in corso di validità.
- b) Ogni ragazzo deve inoltre presentare l'autocertificazione specifica Covid-19 (disponibile sul sito www.gioy.it oppure compilabile all'ingresso)
- c) L'ingresso alla palestra è consentito dal lato dell'ascensore. In ascensore possono entrare massimo 2 persone (si ricorda che fino a 12 anni i ragazzi devono essere accompagnati) oppure dalle scale adiacenti lo scivolo dei garage. L'uscita dalla palestra è consentita esclusivamente dalla scala del lato opposto.
- d) I genitori che volessero accedere alla palestra (per accompagnare i ragazzi o accedere ai servizi di segreteria), dovranno compiere lo stesso tragitto (ingresso da ascensore e uscita al lato opposto) e svolgere i necessari controlli/sanificazione. Salvo esigenze particolari, si consiglia di accompagnare e attendere i ragazzi al di fuori della palestra.
- e) Si potrà accedere alla palestra esclusivamente nell'orario indicato 10 minuti prima dell'inizio del camp: dalle 8.20 alle 8.30, per consentire la verifica della temperatura e la sanificazione. Non sarà più possibile accedere alla palestra oltre tale orario.
- f) E' possibile accedere velocemente agli spogliatoi, con il copri scarpe che sarà fornito all'ingresso, per lasciare scarpe e borsa (chiusa e contenente tutti i propri effetti), niente deve essere lasciato fuori dalla borsa. Al termine del camp è necessario ritirare velocemente i propri effetti e lasciare la palestra in pochi minuti. Non è permessa la doccia.
- g) Prima di entrare in palestra è necessario igienizzare le mani presso uno dei dispenser a disposizione.
- h) I ginnasti dovranno portare un asciugamano o un telo da stendere sulle strisce per i lavori a terra – si prega di scrivere il nome sull'asciugamano e riportarlo a casa al termine della giornata. Gli asciugamani trovati fuori posto verranno rimossi e buttati per motivi sanitari.
- i) Ciascun ginnasta dovrà avere la propria borraccia personale con nome scritto sopra, chi acquisterà l'acqua dal distributore dovrà scrivere il proprio nome sulla bottiglia (sarà disponibile un pennarello)
- j) Ciascun ginnasta dovrà fare attenzione al mantenimento del distanziamento durante tutto lo svolgimento delle attività e nelle fasi prima e dopo delle stesse.
- k) Le attività termineranno 10 minuti prima dell'orario per permettere il riordino degli attrezzi, tutti i ginnasti devono contribuire alla sistemazione degli attrezzi e uscire dalla palestra rispettando l'orario di termine previsto (12:30)
- l) E' severamente vietato l'utilizzo del cellulare in palestra.
- m) E' assolutamente vietato mangiare in palestra e nelle zone spogliatoio e ingresso.



**E...STIAMO INSIEME
IN SICUREZZA!!!**

Iscrizione e frequenza settimanale

DATE:

Prima settimana: dal 15 al 19 Giugno

Seconda settimana: dal 22 al 26 Giugno

Terza settimana: dal 29 Giugno al 3 Luglio

Quarta settimana: dal 6 al 10 Luglio

Quinta settimana: dal 13 al 17 Luglio

Sesta settimana: dal 20 al 24 Luglio

Settima settimana dal 27 al 31 Luglio



PARTECIPAZIONE

aperta dai 6 ai 14 anni.

I ragazzi seguiranno un programma di allenamento adatto alla loro età e capacità.

Per rispondere ai requisiti di sicurezza sanitaria, l'accesso a ciascuna settimana è riservato a un massimo di 15 ragazzi. La settimana verrà attivata con un minimo di 5 iscritti.



PROGRAMMA:

Il camp è strutturato in forma **part-time al mattino**:

inizio alle 8:30 e termine alle 12:30

Possibile servizio pre-post dalle 8:00 alle 13:00

Tutte le attività verranno realizzate nella struttura della *Gymnasium Gloy*, interamente sanificata e riadattata per rispondere alle esigenze di sicurezza previste da tutti i protocolli di sicurezza.

L'organizzazione delle attività risponde alle modalità definite dalle autorità sanitarie.

TIPOLOGIA DI ATTIVITA':

Ginnastica artistica femminile, maschile e attività acrobatica

Attività di: preparazione fisica generale, preparazione acrobatica, lavoro ginnico e di coreografia. Lavoro specifico e tecnico agli attrezzi: volteggio, parallele, trave, corpo libero, cavallo con maniglie, anelli, parallele, sbarra, air track e trampolini elastici.



QUOTE

La quota di partecipazione al camp è di **80 euro a settimana**. E' prevista una riduzione del 10% per il secondo fratello frequentante.

Per la partecipazione al camp potrà essere utilizzato il voucher relativo ai mesi di corso non goduti a causa dell'emergenza sanitaria. I nuovi iscritti dovranno obbligatoriamente versare la quota assicurativa di 20€ e presentare certificato medico sportivo. Per informazioni si prega di contattare la segreteria.



CONTATTI

Gymnasium Gloy srl, Via Pellegrini, Albese con Cassano - Capannone accanto alla prov. per Lecco, ingresso dal retro.

Per informazioni: info@gloy.it,

www.gloy.it, FB: A.S.D. Ginnastica Gloy

347-7223635, 338-1415796, 334-3495357, 333-2781360