



**A.S.D. GINNASTICA GIOY
e
GYMNASIUM GIOY**

Presentano:

**I nuovi corsi per la
Stagione 2021-22**

Presso la palestra Gymnasium Gioy
Via Carlo Pellegrini, Albese con Cassano (CO)
E il Palazzetto dello Sport di Alzate Brianza

Inizio corsi: 6 Settembre 2021

PER INFORMAZIONI:

WhatsApp/telefono: 351.6358101

Sito web: www.gioy.it, e-mail: info@gioy.it,

Facebook: A. S. D. Ginnastica Gioy

Altri contatti: 347.7223635, 338.1415796

Corsi 2021 - 2022:

Cari ginnasti e famiglie, a seguito della sospensione delle attività avvenuta a causa dell'emergenza sanitaria CoVid 19, la palestra Gymnasium Gioy e tutte le attività dell'asd Ginnastica Gioy sono state riorganizzate per rispondere in modo efficace e sicuro alle disposizioni contenute nei decreti ministeriali.

Ripartiamo con il programma orario attivato nello scorso anno sportivo, come sempre cercheremo di venire incontro alle esigenze di tutti attivando nuovi corsi qualora le richieste e le esigenze organizzative lo permetteranno. Il numero massimo di atleti previsti per ciascun corso sarà contenuto a 15 ragazzi.

Nel corso dell'ultimo anno abbiamo continuato e rafforzato in nostro impegno nell'allestimento di una palestra sempre più attrezzata e sicura per tutti i nostri ragazzi.

La salute di tutti i nostri atleti e delle loro famiglie è per noi l'aspetto primario, per tale motivo l'organizzazione delle attività descritta nel presente programma sarà subordinata alle eventuali misure sanitarie indicate nei prossimi mesi dalle autorità nazionali.

Presso la sede di ALBESE CON CASSANO (Via Pellegrini)

Inizio corsi lunedì 6 Settembre 2021

Ginnastica Artistica Femminile

Corso Base di primo Livello (B1):

- a) 6-8 anni: Lunedì 17.30-18.30 e Venerdì 17.00-18.00
- b) 8-12 anni: Martedì e Giovedì 17.00-18.00
- c) 7-9 anni: Martedì e Giovedì 18.00-19.00

Corso Base di secondo livello (B2):

- a) 10-14 anni: Martedì e Giovedì 19.00-20.00
- b) 8-12 anni: Mercoledì e Venerdì 18.00-19.00
- c) 9-12 anni: Lunedì e mercoledì 16.30-17.30

Corso avanzato di primo livello (A1)

- a) 8-13 anni: Mercoledì e Venerdì 19.00-20.00

Corso avanzato di secondo livello (A2)

- a) 11-14 anni: Mercoledì e Venerdì 19.00-20.30

Ginnastica Artistica Maschile

Corso Base di primo Livello (B1):

6-8 anni: Martedì, Giovedì 17.30-18.30

Corso Base di secondo livello (B2):

9-11 anni: Martedì, Giovedì 18.30-19.30

Corso avanzato di primo livello (A1)

11-13 anni: Martedì, Giovedì 19.30-20.30

Kinder Gym dai 3 ai 5 anni

Avviamento all'attività motoria in forma di gioco per bambini dai 3 ai 5 anni

- a) Martedì, Giovedì ore 16.40-17.30
- b) Monosettimanale 3-4 anni: Sabato ore 9.40-10.30
- c) Monosettimanale 4-5 anni: Sabato ore 10.40-11.30

Sede di ALZATE BRIANZA (Palazzetto dello sport, via Girola)

Inizio corsi martedì 5 Ottobre 2021

Kinder Gym

Avviamento all'attività motoria in forma di gioco per bambini dai 3 ai 5 anni

Martedì, Giovedì ore 17.00-17.45

Corso Base femminile di primo livello (B1)

Martedì e Giovedì 17.45-18.45

Corso Base femminile di secondo livello (B2)

Martedì e Giovedì 18.45-19.45

Al momento il Comune ha confermato l'avvio delle attività nel Palazzetto, siamo soggetti alle disposizioni comunali e governative in funzione della situazione sanitaria generale

Modalità e orari di pre-iscrizione:

Via e-mail all'indirizzo: info@gioy.it

O WhatsApp al 351-6358101:

*inviando il modulo di pre-iscrizione e allegando
copia del bonifico con acconto di 50 €*

Presso la sede di ALBESE CON CASSANO

Palestra Gymnasium Gioy s.r.l.

tutti i giorni dal 30 agosto 2021

dalle ore 17.00 alle ore 19.00

Per la partecipazione ai corsi sarà possibile usufruire del Voucher relativo all'attività sospesa a causa dell'emergenza sanitaria. L'ammontare del voucher verrà calcolato in modo personalizzato per ciascuno dei nostri iscritti.

***PER RISPONDERE AGLI STANDARD DI SICUREZZA SANITARIA, IL
NUMERO MASSIMO DI ATLETI PER CIASCUN CORSO E' DI 15 RAGAZZI.
TUTTI I NUOVI CORSI VERRANNO ATTIVATI CON UN MINIMO DI 5
ISCRITTI.***

Per motivi didattici, salvo dove diversamente indicato, iscrizione e frequenza sono previste per due lezioni settimanali.

Solo per tutti i nuovi iscritti sono previste 2 lezioni di prova.

Documenti necessari all'atto della conferma iscrizione a settembre:

1. Modulo di iscrizione
2. Autorizzazione al trattamento dati personali e materiale fotografico
3. Certificato medico per la pratica sportiva non agonistica (con elettrocardiogramma come da normativa vigente) - **SECONDO LE DISPOSIZIONI SANITARIE IL CERTIFICATO E' OBBLIGATORIO ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE, SENZA CERTIFICATO NON SARA' POSSIBILE ACCEDERE ALLA PALESTRA.**
4. Autodichiarazione dello stato di salute
5. Accettazione delle disposizioni di comportamento per la prevenzione (Vademecum)

I nostri CORSI SERALI

Preparazione fisica

Con opzione mono, bisettimanale

Martedì e Giovedì ore 20.00-21.00

Parkour e Freestyle

Mercoledì e Venerdì ore 20.00-21.00

Ginnastica artistica e acrobatica

Martedì, Giovedì ore 20.00-21.00

Verticalismo

Monosettimanale: Lunedì 20.00-21.00

A richiesta: Servizio di Personal Trainer

per preparazione fisica e acrobatica (giorni e orari da concordare)



Inizio corsi lunedì 6 Settembre 2021



Vademecum per l'accesso alla palestra Gymnasium Gioy

- a) Per accedere ai corsi tutti i ginnasti è necessario essere 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) da rinnovare il primo e quindicesimo giorno di ogni mese.
- 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) E' obbligatorio l'uso della mascherina per tutto il tempo di permanenza nella palestra. I ragazzi potranno abbassare la mascherina durante gli esercizi per indossarla nuovamente al termine degli stessi.
- f) Si potrà accedere alla palestra esclusivamente nell'orario indicato 10 minuti prima dell'inizio delle lezioni, per consentire la verifica della temperatura e la sanificazione. Non sarà più possibile accedere alla palestra oltre tale orario.
- g) E' possibile lasciare i propri effetti negli spazi creati nel corridoio, riponendo tutto all'interno di una borsa o zaino. Al termine della lezione è necessario ritirare velocemente i propri effetti e lasciare la palestra in pochi minuti. Non è permessa la doccia.
- h) Prima di entrare in palestra è necessario igienizzare le mani presso uno dei dispenser a disposizione.
- i) 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.
- j) 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)
- k) Ciascun ginnasta dovrà fare attenzione al mantenimento del distanziamento durante tutto lo svolgimento delle attività e nelle fasi prima e dopo delle stesse.
- l) 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
- m) E' severamente vietato l'utilizzo del cellulare in palestra.
- n) E' assolutamente vietato mangiare in palestra e nelle zone spogliatoio e ingresso.