

## PROGRAMMA DELLE GIORNATE

Le bambine/ragazze devono arrivare in palestra per le 8,25, così hanno il tempo per togliersi le scarpe, lasciare lo zainetto nello spogliatoio e prepararsi, chiediamo di non arrivare prima altrimenti verrà conteggiato come anticipo.

Per chi fa part-time arrivare per le 13,00 .

La giornata si svolgerà in questo modo:

2 allenamenti durante la giornata alternati da giochi, lavoretti e aiuto compiti, per le più piccole momento per colorare.

Il pranzo sarà presso il Ristorante "Dalla Padella alla Brace" adiacente la palestra.

Durante la mattina le nostre istruttrici faranno scegliere alle bimbe/ragazze dal menù inviato dal ristorante cosa vogliono mangiare, e poi all'ora di pranzo per le 12 circa saranno accompagnate dalle medesime al ristorante (non ci sono strade da attraversare), sarà un pranzo leggero composto da un primo o un secondo frutta o verdura e acqua (ci raccomandiamo che qualsiasi intolleranza o allergia di farcela sapere).

Chiediamo di portare la merenda e la borraccia con acqua (nel centro sportivo c'è anche un bar per chi volesse prendere un gelato).

Nello zainetto dovrete inserire sempre: un cambio completo- un asciugamano-ciabatte-crema solare-spray per zanzare-cappellino.

Abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica per l'intera giornata, per gli allenamenti body oppure pantaloncini e top .

**Il giovedì si andrà in piscina a DALMINE, via A Locatelli.**

**Il ritrovo è alle 9 davanti all'ingresso estivo della piscina e il ritiro alle 17,30 sempre all'ingresso.**

Per chi fa part-time farsi trovare davanti all'entrata per le 14,00 una nostra istruttrice uscirà a prendere le ragazze.

Per questa giornata il pranzo sarà al sacco, portato da casa, portare tutto l'occorrente per la piscina (costume già indossato, ciabatte, cuffia e per chi ne ha bisogno anche i braccioni).

**IN CASO DI MALTEMPO LA PISCINA E' ANNULLATA e la giornata si svolgerà in palestra.**

**OGNI SETTIMANA VERRA' CREATO UN GRUPPO WHATSAPP CON I GENITORI DELLE BAMBINE ISCRITTE.**

**IL GRUPPO SERVIRA' PER INVIARE AVVISI (soprattutto il mercoledì se la piscina è annullata) E COMUNICAZIONI, SI RACCOMANDA DI SCRIVERE SOLO SE STRETTAMENTE NECESSARIO (in caso di ritardo o di ritiro in anticipo) PER TUTTE LE ALTRE INFORMAZIONI MANDARE MESSAGGI WHATSAPP AL NUMERO DELLA SEGRETERIA 3287339062**

**IL PRIMO GIORNO DI GYM CAMP CHIEDIAMO DI COMUNICARCI ALMENO DUE NUMERI DI TELEFONO reperibili in caso di qualsiasi problema.**

**LEGGERE BENE L'INFORMATIVA IN VOSTRO POSSESSO PER TUTTE LE ALTRE INFORMAZIONI.**

**CORDIALI SALUTI**