

RITIRO SPORTIVO

5-8 settembre 2013

POLINAGO (MO)



Cosa portare (lista aggiornata)

Documenti

- copia certificato d'identità
- copia tessera sanitaria
- comunicazione di eventuali allergie alimentari o medicinali e fornire medicinali adatti

Abbigliamento e accessori necessari

- **una torcia elettrica (funzionante) per giocone a sorpresa**
- tuta e indumenti sportivi (tuta OMF, 4 magliette per allenamenti, 4 paia di calze, 2 pantaloncini corti, asciugamano piccolo)
- 2 paia di scarpe (1 solo per palestra o campo di calcio)
- cambio completo per 3 giorni
- 1 federa per indumenti sporchi
- zainetto sportivo
- giacca impermeabile
- spazzolino, dentifricio, asciugamano,

ciabattine per doccia, accappatoio, bagnoschiuma, shampoo, asciugacapelli



Hotel
Prato Verde