



# RITIRO SPORTIVO

## 07-10 settembre 2023

# ROVETTA



Cari genitori, anche quest'anno verrà riproposto il tradizionale Ritiro Sportivo di settembre, confermando le strutture dello scorso anno, con gli impianti sportivi distanti solo pochi minuti a piedi dall'albergo, ma con qualche cambiamento nella proposta della domenica: non è più previsto il pranzo con i genitori ma verrà organizzato il viaggio di ritorno in pullman. Riteniamo che questa esperienza possa essere un momento educativo oltre che sportivo, una opportunità stimolante prima di ricominciare la scuola e tutte le varie attività.

### **COSTO DELL'INIZIATIVA**

€ 250,00 per ogni iscritto, € 220,00 se fratello o sorella

La quota comprende:

- viaggio di andata e ritorno in pullman
- pensione completa
- attività sportiva
- attività ricreativa



### **PROGRAMMA**

**Giovedì 07/09.** Ore 15,00 ritrovo e partenza dal piazzale Madonna di Fatima. Arrivo a Rovetta.

Sistemazione nelle camere, cena e attività ricreativa.

**Venerdì 08/09.** Colazione, sessione di allenamento del mattino, pranzo, momento di relax, sessione pomeridiana di allenamento, doccia. Cena e a seguire attività ricreativa.

**Sabato 09/09.** Colazione, sessione di allenamento del mattino, pranzo, momento di relax, sessione pomeridiana di allenamento, doccia. Prima di cena S. Messa. Cena e a seguire attività ricreativa.

**Domenica 10/09.** Colazione. Attività sportiva conclusiva. Dopo il pranzo, partenza per Milano intorno alle 16,00.

### **ISCRIZIONE**

Potranno iscriversi solo gli atleti che fanno parte delle squadre a cui è rivolta la proposta. La partecipazione è vincolata all'iscrizione con il versamento dell'intera quota del ritiro e l'acconto per l'attività sportiva 2023-24. E' necessario iscriversi entro il 15 giugno 2023.

## COSA PORTARE?



### **DOCUMENTI**

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

### **ABBIGLIAMENTO E ... ACCESSORI NECESSARI**

- tuta e indumenti sportivi  
(tuta OMF, 4 magliette, 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, pile
- spazzolino, dentifricio, asciugamano
- ciabattine per doccia,
- accappatoio,
- bagnoschiuma,
- shampoo



Per maggiori informazioni rivolgersi a:

Grossetto Giorgio            tel. 3477447418

Giovanelli Laura            tel. 3403880313

Picozzi Valter                tel. 3391497825