

**ANCHE QUEST'ANNO
PIÙ FREQUENTI MENO SPENDI !**

Quote di iscrizione

€ 190,00 la prima settimana di frequenza. Poi ogni settimana la quota cala di € 10,00 anche se le settimane non sono consecutive.

Quote di iscrizione

1ª settimana € 190,00
2ª settimana € 180,00
3ª settimana in poi € 170,00

**DALLA QUARTA SETTIMANA IN POI
LA QUOTA RESTA FISSA A 170 €**

**SCONTO
FRATELLI
-10€**

La quota comprende:

- Tessera associativa;
- Assicurazione;
- Partecipazione ad attività collaterali;
- Pranzo e merenda;
- Kit di abbigliamento comprensivo di 3 magliette, 1 pantaloncino, 1 zainetto (fornito alla prima iscrizione);
- Utilizzo di tutti gli spazi e attrezzature sportive.
- Gadget
- Gite

Modalità di pagamento

- Assegno bancario non trasferibile intestato a: S.G.B. Forza e Costanza ASD;
- Bancomat o contanti direttamente presso la segreteria della Società.
- Bonifico: IBAN IT54C 05116 11204 000 000 00 3143
CAUSALE: Nome Cognome dell'iscritto + Data di nascita + Numero Settimane

Documenti necessari

Per l'iscrizione bisogna consegnare i seguenti documenti:

- Il modulo di iscrizione compilato in ogni sua parte.
- **Un certificato di idoneità sportiva non agonistica secondo quanto previsto del D.M. del 28.2.83. "Norme per la tutela dell'attività sportiva non agonistica".**

SPORT CAMP 2023



**DAL 12 GIUGNO
TORNA L'UNICO, VERO
ED INIMITABILE
CAMP ESTIVO**

**10 SETTIMANE DI DIVERTIMENTO
E DI IMMERSIONE NEL MONDO DELLO SPORT
PER BAMBINI/E RAGAZZI/E DAI 4 AI 17 ANNI
dal lunedì al venerdì dalle 7.45 alle 17.00**
CORRI AD ISCRIVERTI!

CON LA COLLABORAZIONE



**Siamo
Capitale
Italiana
della Cultura
2023** BERGAMO
BRESCIA



**Banca
Valsabbina**



Società Ginnastica Bresciana Forza e Costanza A.S.D.

Via L. Bazoli, 10 - 25127 Brescia • Tel 030 2411007

segreteria@forzaecostanzabrescia.it • www.forzaecostanzabrescia.it



SPORT CAMP 2023

**DIVERTIMENTO
DISCIPLINA
RISPETTO
AGGREGAZIONE
CONDIVISIONE
SICUREZZA**

**TORNANO
LE GITE
CANOA
EQUITAZIONE**

**SOLO
ISTRUTTORI
ESPERTI E
QUALIFICATI**

GRUPPI

I gruppi verranno suddivisi in base all'età degli iscritti, in modo da poter garantire una proposta adeguata e ottimale per tutti. Ogni gruppo verrà gestito da un istruttore che seguirà un preciso programma giornaliero di attività.

VIENI A PROVARE CON NOI:

Calcio, Pallavolo, Basket, Pallanuoto, Nuoto, Tennis, Rugby, Pallamano, Atletica, Tiro con l'arco, Subacquea, Ginnastica artistica, Ginnastica ritmica, Judo, Karate, Danza, Padel, Ginnastica dinamica, Parkour, Hockey, Football, Ping Pong e molti altri sport riconosciuti dal CONI



NOVITÀ

EDUCAZIONE POSTURALE

Nell'arco della settimana verranno proposti dai nostri istruttori della sezione posturale esercizi utili per assumere la corretta postura nella vita di tutti i giorni

MULTISPORT CALCIO

Una settimana di attività multisport con focus sul calcio, ogni giorno due ore di attività saranno dedicate al gioco del calcio in tutte le sue forme, dal gioco alla tecnica.

N.B. il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

MULTISPORT

Una settimana che offre la possibilità di avvicinarsi al mondo dello sport attraverso la pratica di **numerose e varie discipline sportive, giochi ed esperienze didattiche.**

Nell'arco di una settimana verranno proposte almeno 10 attività sportive differenti.

I programmi potrebbero subire variazioni per cause non dipendenti dagli organizzatori.

ATTIVITÀ COORDINATIVA IN LINGUA INGLESE PER TUTTI I GRUPPI

MULTISPORT DANZA

Una settimana dove il multisport incontra il mondo della danza, con varie proposte che vanno dalla danza classica alla danza contemporanea.

N.B.: il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

MULTISPORT ACQUA

Una settimana di multisport con un focus sulle attività che si svolgono in acqua, tra cui nuoto, pallanuoto, apnea, subacquea.

N.B.: il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

MULTISPORT ENGLISH

Una settimana di multisport con un istruttore madrelingua che proporrà l'attività in lingua inglese.

N.B.: il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

PROGRAMMA

- ore 7.45 - 9.00 **Accoglienza**
- ore 9.00 - 9.30 **Miniolimpiadi**
- ore 9.30 - 11.30 **Pratica sportiva**
- ore 11.30 - 12.00 **Piscina**
- ore 12.00 - 14.30 **Pranzo e gioco comune**
- ore 14.30 - 16.00 **Pratica sportiva**
- ore 16.00 - 16.20 **Addestramento coordinativo**
- ore 16.20 - 16.30 **Merenda e ritiro**
- ore 16.30 - 17.00 **Ritiro primo turno**
- ore 17.00 - 17.30 **Ritiro secondo turno**

SETTIMANE ORGANIZZATE

- | Sett. | Periodo |
|-----------------|-------------------------------|
| 1 ^a | dal 12 al 16 giugno |
| 2 ^a | dal 19 al 23 giugno |
| 3 ^a | dal 26 al 30 giugno |
| 4 ^a | dal 03 al 07 luglio |
| 5 ^a | dal 10 al 14 luglio |
| 6 ^a | dal 17 al 21 luglio |
| 7 ^a | dal 24 al 28 luglio |
| 8 ^a | dal 31 luglio al 04 agosto |
| 9 ^a | dal 28 agosto al 01 settembre |
| 10 ^a | dal 04 al 08 settembre |

