

1- Orari del corso

Giovedì 13/09, Venerdì 14/09, Martedì 18/09, Mercoledì 19/09, Venerdì 21/09:
dalle 17.30 alle 19.00

Attività ludico-motoria di gruppo all'aperto, presso la zona verde del centro sportivo.
Portare un abbigliamento adeguato (maglietta, pantaloncini e scarpe sportivi), una bottiglia o
borraccia d'acqua, un materassino o telo da stendere a terra.
Portare sempre anche il materiale necessario per la piscina, in quanto l'attività
potrà essere svolta al coperto e/o in acqua.

Dal 24/09 attività regolare in acqua, con frequenza monosettimanale o bisettimanale:
LUNEDI'-MERCOLEDI'-GIOVEDI' dalle 17.00 alle 17.50

E' possibile utilizzare lo spogliatoio presente al piano seminterrato, riservato
agli istruttori e agli atleti iscritti alla Società agonistica.
Per partecipare all'attività nel suo complesso è **tassativo** fornire in tempi brevi agli allenatori
un **attestato di buona salute in corso di validità** (certificato medico o fotocopia
del Libretto Verde scolastico), utilizzando l'apposito modulo fornito dalla società.

2- Allenamenti

Gli allenamenti sono sospesi durante le vacanze sia natalizie che pasquali,
e proseguono indicativamente fino alla prima settimana di giugno compresa.
Non ci sono obblighi di frequenza, tuttavia si consiglia una partecipazione bisettimanale
per favorire un migliore e maggiore apprendimento.

*In caso di assenza è possibile recuperare la lezione persa, previo accordo con l'allenatore.
E' buona norma comunicare agli allenatori eventuali assenze prolungate
per malattia o per ferie.*

3- Manifestazioni e attività aggiuntive

Per quanto riguarda l'attività natatoria, nell'anno in corso è richiesta
la partecipazione di tutto il gruppo alle seguenti manifestazioni:
- "Rassegna delle Leve" (fine maggio): pomeriggio di giochi a tema in piscina
organizzato per i gruppi Leve della provincia di Bologna.
- "Nuota con noi" (metà giugno): manifestazione non competitiva.

Durante l'anno la Società è solita organizzare diversi momenti di ritrovo
(cena sociale invernale, pizzata natalizia, festa di fine stagione):
l'invito a partecipare è rivolto non solo ai bambini, ma a tutta la famiglia.

4- Comunicazioni

E' sempre possibile fare riferimento alla bacheca presente nello spogliatoio
o al nostro sito internet (www.arcoveggionuoto.it).
Le comunicazioni relative alle questioni burocratiche, agli allenamenti e alle attività accessorie
saranno fornite dagli allenatori in formato sia cartaceo che digitale
(SMS, e-mail, WhatsApp): chiediamo quindi di fornire dati completi e aggiornati.
Per qualsiasi dubbio, consiglio o problema rivolgersi agli allenatori di riferimento.