

## **GIORNATA TIPO:**

La giornata tipo è, generalmente, così suddivisa:

- 7.30 Sveglia
- 8.00- 9.00 Colazione
- 9.30-13.00 Attività teorico-pratiche sportive nelle palestre della scuola e strutture sportive nelle vicinanze della stessa
- 13.30- 14.30 Pranzo
- 14.30-15.30 Pausa di recupero-riposo
- 15.30- 18.30 Attività teorico-pratiche sportive in spiaggia e in acqua
- 19.00- 20.15 Tempo libero/doccia ecc...
- 20.15-21.30 Cena
- 21.30 Attività serali (alla ricerca delle tradizioni, e un escursione notturna)
- 23.30 Shhh... si dorme!

## **ATTENZIONE:**

**I ragazzi saranno accompagnati da Professori e Tecnici della Società Sportiva.**

### **PER ISCRIZIONE:**

**- occorre scrivere un messaggio al seguente numero 3280599539 allegando foto ricevuta della caparra di 50€ entro il 15 marzo.**

**- 1° acconto 100€ entro il 15 Aprile**

**- 2° acconto 200€ entro il 15 Maggio**

**- SALDO 200€ entro il 15 giugno**

**(in caso di ritiro dell'alunno le quote non potranno essere restituite)**

**al seguente codice iban:**

**IT38 U056 9632 6000 0000 1613 X45**

**Intestato ASD SAN MICHELE indicando come causale “Vacanza sportiva 2024” seguita da cognome e nome dell'alunno e scuola di appartenenza.**

### **NOTA BENE**

**le prime 48 iscrizioni in ordine di data verranno presi in automatico (ricevendo un immediato messaggio di conferma), i restanti formeranno una lista di attesa.**

# **VACANZA SPORT E CULTURA 2024**

**Quest'anno proponiamo in collaborazione con ASD SAN MICHELE MAGNAGO e la scuola secondaria di Castano Primo, per i nostri studenti, una vacanza all'insegna dello sport e della cultura, in Calabria nella località di Palmi, per proseguire il rapporto di collaborazione ed amicizia con la scuola secondaria di Gioia Tauro iniziato l'anno scorso.**

**SPORT E CULTURA LE TEMATICHE  
TRAINANTI DELLA NOSTRA STREPITOSA  
VACANZA.**

## **QUALI ATTIVITA' SPORTIVE ?**

### **SPORT DI SQUADRA:**

- PALLAMANO, PALLAVOLO, PALLACANESTRO, CALCETTO A 5 , ULTIMATE FRISBEEE E TCHOUKBALL.

### **SPORT INDIVIDUALI:**

- ATLETICA, TIRO CON L'ARCO, TIRO A SEGNO, TENNIS O PADDLE

### **SPORT SULLA SPIAGGIA E IN ACQUA:**

- BEACH VOLLEY, TCHOUBALL, NUOTO, PALLANUOTO

#### **NOTA BENE**

**Riunione informativa in ZOOM il giorno**

**martedì 5 marzo ore 18,30**

**(chiedere il Link in Segreteria)**

**ATTENZIONE!!**

**CI SONO SOLO 48 POSTI DISPONIBILI**

## **DOVE ALLOGGEREMO:**

**In hotel 4 stelle "Arcobaleno" a Palmi  
PENSIONE COMPLETA**



#### **QUANDO ?**

**Partenza con pullman**

**MARTEDÌ' 9 luglio**

**Magnago ore 20,15**

**Castano Primo ore 20,30**

**MARTEDÌ' 16 luglio ore 10,00/10,30**

## **QUOTA:**

**Costo di € 550 comprensive di:**

- servizio di trasporto in autobus da Magnago a Palmi ;**
  - servizio autobus per tutti i trasferimenti per le diverse escursioni;**
  - servizio autobus per tutti i trasferimenti per gli impianti sportivi e il lido;**
  - lezioni tecnico-pratiche con istruttori professionisti delle diverse discipline;**
  - attività culturali con guide turistiche;**
  - trattamento di pensione completa (vitto e alloggio);**
  - 2 giornate di escursioni (una a Locri e una nelle città di Reggio Calabria e Scilla);**
  - assicurazione.**
- NON COMPRESO:**
- solo colazione di andata e cena di rientro perché saremo in viaggio.**