



PROGRAMMA ATTIVITA' AGONISTICA

**STAGIONE 2011 / 2012
GIOVANI / SENIORES / MASTER**

Il programma proposto per il settore Giovani/Seniores (e Master) è in linea con quello svolto nelle passate stagioni e si basa sui seguenti punti:

1. scelta di un maestro Federale della Scuola di Sci di Pampeago che anche per quest'anno sarà **DOLIANA SERGIO** (per il quarto anno direttore della scuola di sci e particolarmente apprezzato da noi tutti durante le passate stagioni).
2. preparazione atletica attraverso il corso di ginnastica presciistica.
3. preparazione tecnica con allenamenti sulla neve.
4. partecipazione alle gare.
5. flessibilità dell'intero programma che prevede un frazionamento delle quote in diversi "pacchetti" affinché ognuno si possa avvalere di un impegno economico che potremmo definire "personalizzato" e che tiene conto della reale e concreta partecipazione alle varie attività.

Le spese di trasporto, alloggio e impianti per ogni uscita saranno a carico dei singoli atleti; verranno comunque ricercate tutte le opportunità per ridurre al minimo queste spese.

La partecipazione alle uscite di allenamento sarà aperta a tutti i soci dello Sci Club Mantova, ma anche ad eventuali altri atleti di altri sci club.

A quest'ultimi, comunque **sarà richiesta e gradita l'associazione allo Sci Club attraverso il riconoscimento della quota associativa di € 25,00**, fermo restando che questi atleti rimarranno associati F.I.S.I. col proprio Sci Club.

QUOTE PER ATTIVITA' AGONISTICA - Giovani / Seniores / Master

I costi degli allenamenti e partecipazione alle gare sono rimasti invariati rispetto alle passate stagioni!!!!

Si richiede il **versamento di una quota simbolica di € 50,00**, quale impegno/volontà espressa di partecipazione ad almeno n.3 degli allenamenti in programma. La cifra, infatti, è di poco inferiore al valore di 3 lezioni e, **in caso di 3 (o più) presenze, la quota verrà considerata come "acconto" sul conteggio finale e quindi stornata dallo stesso!** Non è invece previsto alcun rimborso per presenze inferiori alle 3 giornate.

- pacchetto 10 uscite di allenamento a Pampeago	€ 140	(costo medio per ogni allenam. = € 14)
- " 5 " " " " "	€ 80	(costo medio per ogni allenam. = € 16)
- " 2 " " " " "	€ 36	(costo medio per ogni allenam. = € 18)
- " 1 " " " " "	€ 20	(costo medio per ogni allenam. = € 20)

- pacchetto 20 gare	€ 130,00	(costo medio per ogni gara = € 6,50)
- " 15 "	€ 105,00	(costo medio per ogni gara = € 7,00)
- " 10 "	€ 75,00	(costo medio per ogni gara = € 7,50)
- " 5 "	€ 40,00	(costo medio per ogni gara = € 8,00)
- " 1 "	€ 10,00	(costo medio per ogni gara = € 10,00)

Responsabile Settore AGONISTICA

ROBERTO FORNARI

Tel. 0376/372389 – Cell. 348/2225121

e-mail robby.forno@vodafone.it

N.B.: a tutti i partecipanti agli allenamenti verrà richiesto il certificato di "sana e robusta costituzione" rilasciato dal medico di base o il certificato di "idoneità medico sportiva"

All.: prospetto allenamenti a Pampeago.