PROGRAMMA e REGOLAMENTO

CORSO TENNIS 2020/21

Dal 19 ottobre al 30 aprile

MODALITÀ di svolgimento CORSI ADULTI serali e pomeridiani di PERFEZIONAMENTO AL TENNIS

ATTIVITÀ: tennis, preparazione atletica, perfezionamento agonistico

- Allievi divisi in gruppi DI MAX 4 persone in base al livello di gioco.
- 2 preparatori atletici e 5 allenatori in base al livello di gioco .
- A ciascun allievo verrà fornita al momento dell'iscrizione 1 sacca con 2 t-shirt e un paio di calzini.
- Il corso si svolgerà in 1 campo in play-it e 1 in erba sintetica cambiando mensilmente la superficie, con l'utilizzo della palestra.
- Ogni allievo avrà definito il suo orario e il suo campo da gioco.
- L'attività si svolgerà al coperto, i flussi saranno contingentati e gestiti dal personale incaricato per garantire un corretto sviluppo delle attività in piena sicurezza.
- Tutte le sere dalle 19 alle 19,30 i corsisti potranno usufruire dello spazio palestra, con preparatore atletico prima di entrare in campo (l'accesso alla palestra e conseguente partecipazione alla preparazione atletica deve essere comunicata preventivamente in base alle norme anti – covid vigenti nel circolo).
- Per i corsisti che avranno l'orario delle 21, il mercoledì potranno usufruire della preparazione atletica dalle 19 alle 21 (l'accesso alla palestra e conseguente partecipazione alla preparazione atletica deve essere comunicata preventivamente in base alle norme anti – covid vigenti nel circolo).
- Comprese 2 lezioni di preparazione pugilistica da svolgersi nella palestra il lunedì e il venerdì (l'accesso alla palestra e conseguente partecipazione all'attività di pugilistica deve essere comunicata preventivamente in base alle norme anti – covid vigenti nel circolo)

Estratto di REGOLAMENTO

Ad ogni allievo verrà misurata la temperatura all'entrata in campo

E' obbligatorio portare due mascherine (una indossata, l'altra di riserva qualora si rompesse) .

L'orario di entrata e di uscita ai corsi potrà essere anticipato o posticipato di 10 minuti per evitare assembramenti all'interno del circolo.

Qualora ci fosse la necessità di sostare all'interno del circolo si ricorda l'uso della mascherina in tutte le aree comuni.

Gli spogliatoi possono essere utilizzati in base alle limitazioni attualmente in vigore.

All'interno del circolo è obbligatoria sempre la mascherina, ad eccezione di chi svolge attività fisica.

MODALITÀ D'ISCRIZIONE

Per l'iscrizione si dovrà inviare una e-mail a *atmontalese@hotmail.it* con i moduli (domanda socio, domanda di adesione, certificato medico in stato di validità) riempiti e firmati.

I moduli per la domanda sono scaricabili dal nostro sito http://www.atmontalese.it/

La richiesta della società per visita medica sportiva NON AGONISTICA può essere richiesta al circolo in segreteria o ai custodi.

Si ricorda che la visita medica (agonistica o non-agonistica) deve essere compilata da un medico sportivo o dal medico della Asl che ha in carico il o la corsista.

Una volta che sono pervenuti tutti i documenti correttamente compilati, le domande verranno accolte e vi verrà indicata la cifra da pagare via bonifico

Iban: IT52O0892237970000000824865

Per qualsiasi chiarimento e/o informazione scrivere una e-mail a: *atmontalese@hotmail.it*

Sito internet: http://www.atmontalese.it/ Indirizzo: via Fausto Coppi 2, Montale Telefono: 3240971180

DOMANDA DI ADESIONE

Da compilare a cura del socio/allievo _____

La presente e' la domanda di ammissione al corso tennis ADULTI 2020/2021 AL COSTO DI EURO 630,00

1) con il versamento della prima rata di euro 415 di cui 200 quota sociale + (50% del corso)
   oppure

2) con il pagamento della rata unica 600 (sconto del 5%)

L'iscrizione avverrà con il versamento via bonifico della somma scelta opzione 1 o 2

Data_____ Firma _____

Per qualsiasi chiarimento e/o informazione scrivere una e-mail a: *atmontalese@hotmail.it*
Sito internet: http://www.atmontalese.it/ Indirizzo: via Fausto Coppi 2, Montale Telefono: 3240971180

IL CONSIGLIO