



SCHEDA INFO CORSI

Ciao. Ecco qui le informazioni necessarie per iscriversi. Se poi avrete bisogno di altri chiarimenti contattateci pure:

- Tel 351 8354356 dal Lunedì al Venerdì dalle 14.00 alle 18.00 (Francesca)
- via mail a ginnasticasmal@gmail.com

Rimanete aggiornati anche tramite il nostro sito www.ginnasticasmal.com e la nostra pagina Facebook <https://www.facebook.com/ginnasticasmal>

Quando cominciamo

Quest'anno per la Ginnastica ci saranno gli **Open Days il 13, 20 e 27 Settembre**: tre giornate gratuite dedicate solo a chi vuole provare prima dell'iscrizione, aperte a tutti per tutte le discipline. Potrai quindi decidere se cominciare subito, senza provare, oppure dopo gli Open Days. Per motivi assicurativi non sarà possibile fare altre prove successivamente. Ecco qui una tabella riepilogativa delle giornate e orari.

| ARTISTICA FEMMINILE | ORARI | PALESTRA | 1^ LEZIONE SENZA OPENDAY | 1^ LEZIONE DOPO OPENDAY |
|----------------------|------------------------------|-------------------|--------------------------|-------------------------|
| BASE | MAR-GIOV 18:00-19:30 | PALESTRA S.MARIA | 06/09/2021 | |
| | SAB 9:00-10:30 | PALESTRA S.MARIA | | |
| AVVIAMENTO | MAR-GIO 16:45-17:45 | EX SCUOLA S.MARIA | 07/09/2021 | 05/10/2021 |
| ALLIEVE | MER-VEN 16:45-17:45 | PALESTRA LESTIZZA | 08/09/2021 | 06/10/2021 |
| JUNIOR | MER-VEN 17:45-19:15 | PALESTRA LESTIZZA | 08/09/2021 | 06/10/2021 |
| SENIOR | MER-VEN 19:15-20:45 | PALESTRA LESTIZZA | 08/09/2021 | 06/10/2021 |
| ALLIEVE/SILVER | LUN-MER-VEN 16:45-18:45 | PALESTRA LESTIZZA | 23/08/2021 | |
| ALLIEVE/GOLD | LUN 16:45-20:00 | PALESTRA LESTIZZA | 23/08/2021 | |
| | MAR-MER-GIOV-VEN 14:30-18:00 | PALESTRA S.MARIA | | |
| | SAB 9:00-12:00 | PALESTRA S.MARIA | | |
| JUNIOR SENIOR/SILVER | LUN 18:00-20:00 | PALESTRA LESTIZZA | 23/08/2021 | |
| | MER-VEN 18:45-20:45 | PALESTRA LESTIZZA | | |
| JUNIOR SENIOR/GOLD | LUN 16:45-20:00 | PALESTRA LESTIZZA | 23/08/2021 | |
| | MAR-MER-GIOV-VEN 16:30-20:30 | PALESTRA S.MARIA | | |
| | SAB 14:30-17:30 | PALESTRA S.MARIA | | |

| ARTISTICA MASCHILE | | | | |
|--------------------|------------------------------|-------------------|------------|------------|
| BASE | MAR-GIOV 18:00-19:30 | PALESTRA S.MARIA | 06/09/2021 | |
| | SAB 9:00-10:30 | PALESTRA S.MARIA | | |
| AVVIAMENTO | MAR-GIO 18:30-19:30 | EX SCUOLA S.MARIA | 07/09/2021 | 05/10/2021 |
| ALLIEVI | MER-VEN 16:45-18:15 | PALESTRA LESTIZZA | 08/09/2021 | 06/10/2021 |
| ALLIEVI/GOLD | LUN 16:45-20:00 | PALESTRA LESTIZZA | 23/08/2021 | |
| | MAR-MER-GIOV-VEN 14:30-18:00 | PALESTRA S.MARIA | | |
| | SAB 9:00-12:00 | PALESTRA S.MARIA | | |
| JUNIOR SENIOR | LUN 17:00-19:00 | PALESTRA S.MARIA | 30/08/2021 | |
| | MER-VEN 18:15-20:15 | PALESTRA LESTIZZA | | |
| JUNIOR SENIOR/GOLD | LUN 16:45-20:00 | PALESTRA LESTIZZA | 23/08/2021 | |
| | MAR-MER-GIOV-VEN 16:30-20:30 | PALESTRA S.MARIA | | |
| | SAB 14:30-17:30 | PALESTRA S.MARIA | | |

| RITMICA | | | | |
|------------------------------|-------------------------|-------------------|------------|------------|
| ALLIEVE | LUN-MER 18:30-20:00 | PALESTRA LESTIZZA | 06/09/2021 | 04/10/2021 |
| ALLIEVE JUNIOR SENIOR/SILVER | LUN-MER-VEN 18:00-20:00 | PALESTRA LESTIZZA | 06/09/2021 | |

| | | | | |
|-------------------|---------------------|-------------------|------------|------------|
| GIOCOSPORT | MAR-GIO 17:45-18:30 | EX SCUOLA S.MARIA | 07/09/2021 | 05/10/2021 |
|-------------------|---------------------|-------------------|------------|------------|

| | | | | |
|---------------------------------|---------------------|-------------------|------------|--|
| TOTAL BODY | MAR-GIO 19:30-20:30 | EX SCUOLA S.MARIA | 07/09/2021 | |
| GINNASTICA ATTREZZISTICA | LUN-MER 20:30-21:45 | PALESTRA S.MARIA | 06/09/2021 | |
| GINNASTICA DOLCE | MER-VEN 15:00-16:00 | EX SCUOLA S.MARIA | 08/09/2021 | |

| | | | | |
|---------------------------|-----------------|-------------------|------------|--|
| BALLO | | | | |
| BALLI DI GRUPPO | MAR 20:30-21:30 | EX SCUOLA S.MARIA | 21/09/2021 | |
| COUNTRY INTERMEDIO | GIO 20:30-22:00 | EX SCUOLA S.MARIA | 23/09/2021 | |
| COUNTRY AVANZATO | MER 20:45-22:15 | EX SCUOLA S.MARIA | 22/09/2021 | |

Cosa serve per cominciare

Certificato medico + Pagamento prima rata + Registrazione e Regolamento

Tutto dovrà essere pronto entro:

30 Agosto > per chi comincia subito, senza partecipare agli Open Days

28 Settembre > per chi vuole prima provare partecipando agli Open Days

13 Settembre > per i corsi di Ballo

Solo in questo modo potremo assicurare gli atleti tramite il tesseramento. Per la vostra e nostra sicurezza senza questi tre requisiti, putroppo, dovremo rimandare l'ingresso in palestra.

- 1) **Certificato medico valido:** potrete farlo gratuitamente in Ospedale oppure a pagamento in un centro medico privato. Noi siamo convenzionati con la

DomusMedica di Tavagnacco, tel. 0432 689126. Una volta ottenuto invialo a ginnasticasmal@gmail.com

Per la Ginnastica è necessario quello agonistico. Se quello in corso di validità non dovesse essere agonistico non serve rifarlo. Nel caso invece sia scaduto andrà rifatto agonistico.

2) **Pagamento prima rata:**

Il bonifico va intestato a:

SMaL – SANTA MARIA DI LESTIZZA SSD a R.L.

Via San Marco, 4 33050 Lestizza (UD)

Intesa SanPaolo

IBAN IT60 G030 6909 6061 0000 0174 681

Causale: Nome e cognome dell'atleta, nome del corso, numero rata

3) **Registrazione e Regolamento:** non serve registrarsi per chi è già nostro atleta. E' invece necessario per i nuovi amici. Collegati a questo indirizzo,

<https://ginnasticasmal.com/1896-2/> , basta un minuto e poi ci sarà più semplice

comunicare con te e gestire le varie procedure federali e societarie. Il regolamento è stato semplificato e va pertanto firmato e inviato a ginnasticasmal@gmail.com

GREEN PASS

Normalmente basterebbe così, ma ora è necessaria anche questa certificazione per gli atleti che abbiano 12 anni o più. Senza non è proprio possibile fare attività sportiva. Ti chiediamo pertanto di inviarcelo oppure di inviarci l'eventuale esenzione prevista dal decreto a ginnasticasmal@gmail.com. Questo ci faciliterebbe ma in ogni caso saremo tenuti a controllare gli ingressi tramite l'App. Per quanto riguarda le precauzioni COVID rimane sempre obbligatorio l'uso della mascherina in particolare a riposo, distanziamento secondo le norme vigenti e igienizzazione delle mani.

Lavori in corso! Dove faremo attività?

C'è una bella notizia! Il Comune di Lestizza avvierà nei prossimi mesi i lavori di ristrutturazione della palestra di Lestizza per darci un ambiente di lavoro più confortevole. Le molte perdite dal tetto non ci consentivano più di fare attività e rischiavano di rovinare gli attrezzi.

Chiaramente questo comporterà un periodo di disagio perché i lavori non ci permetteranno di continuare l'attività in questa palestra per un periodo di 3, 5 mesi. L'inizio dei lavori è ancora incerto ma presumibilmente avverrà nella seconda parte dell'anno sportivo, dal mese di Dicembre 2021 o Gennaio 2022 in avanti.

I corsi che occupano la palestra di Lestizza verranno quindi spostati durante l'anno in parte a Santa Maria di Scalunicco e in parte in una o due palestre. Il dialogo con le Amministrazioni comunali vicine è già stato attivato da tempo ma attendiamo di avere notizie certe prima di darvi comunicazione. Vi terremo aggiornati su come evolverà la situazione!