

**STAGIONE 2021-2022**



# **CORSO FITNESS**

## **ADULTI**

**CORSO PER ADULTI BASATO SU CORPO LIBERO E PICCOLI ATTREZZI**  
(TRX, KETTLEBALL, MANUBRI, BANDE ELASTICHE ECC...)

**PALESTRA SINOPOLI (VIA BOITO 143 )**

<b>GIOVEDÌ</b>	<b>19.00 - 20.00</b>	<b>IN PALESTRA</b>
<b>SABATO</b>	<b>9.30 - 10.30</b>	<b>PLAYGROUND ESTERNO</b>

**N.B. CON L'ISCRIZIONE SI ACCETTANO TUTTE LE INDICAZIONI PRESENTI SUL VADEMECUM E SUI PROTOCOLLI ANTI-CONTAGIO AGGIORNATI (CONSULTABILI SUL SITO).IL MANCATO RISPETTO DELLE STESSE POTRÀ PORTARE ALLA SOSPENSIONE PROVVISORIA O L'ESCLUSIONE DEFINITIVA DEL TESSERATO**

➤ **QUANDO E DOVE**

DAL 30 SETTEMBRE A FINE GIUGNO PALESTRA SINOPOLI VIA A. BOITO 143

GIOVEDÌ 19.00 - 20.00 IN PALESTRA, SABATO 9.30-10.30 SUL PLAYGROUND ESTERNO (IN CASO DI PIOGGIA LA LEZIONE SI TIENE IN PALESTRA)

➤ **QUOTE?**

**LE QUOTE COMPREDONO:** ISCRIZIONE - TESSERAMENTO - COPERTURA ASSICURATIVA UISP - T .SHIRT DA RISCALDAMENTO

- **ISCRIZIONE € 40**
  - **1^ RATA € 120**
  - **2^ RATA € 120**
  - **3^ RATA € 120**
- ALL'ISCRIZIONE**  
**ENTRO IL 6 OTTOBRE**  
**ENTRO L'8 DICEMBRE**  
**ENTRO IL 9 MARZO**

➤ **LEZIONE DI PROVA**

È POSSIBILE FARE UNA LEZIONE DI PROVA SENZA ALCUN PAGAMENTO

PER LA LEZIONE DI PROVA È OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE (AL FINE DI REGOLAMENTARE GLI INGRESSI E LE PRESENZE COME PREVISTO DAL PROTOCOLLO ANTI-CONTAGIO)

PER PARTECIPARE ALL'ALLENAMENTO DI PROVA BISOGNA INVIARE (WA AL 3356898577 O A

[GIROVOLLEYROMA@LIBERO.IT](mailto:GIROVOLLEYROMA@LIBERO.IT)) COGNOME NOME E DATA DELLA LEZIONE CHE SI VUOLE EFFETTUARE

## ➤ SINTESI PROTOCOLLO ANTI-CONTAGIO

### ● **E' OBBLIGATORIO ESSERE IN REGOLA CON IL GREEN PASS**

- IN ATTESA DELL'INGRESSO RISPETTARE LA DISTANZA DI ALMENO 1 METRO E INDOSSARE LA MASCHERINA DI PROTEZIONE
- SOTTOPORSI AL **CONTROLLO DELLA TEMPERATURA** CORPOREA ALL'INGRESSO. IN CASO DI VALORE SUPERIORE A 37,5° IL PARTECIPANTE SARÀ INVITATO A TORNARE A CASA E CONTATTARE IMMEDIATAMENTE LE AUTORITÀ SANITARIE PREPOSTE
- **IGIENIZZARE LE MANI ALL'INGRESSO** DELLA STRUTTURA CON GEL PERSONALE O CON GEL MESSO A DISPOSIZIONE
- **TENERE LA MASCHERINA** FINO ALL'INIZIO DELL'ALLENAMENTO
- **GLI SPOGLIATOI** SI POTRANNO UTILIZZARE CON PRESENZE CONTINGENTATE (MAX 3 PERSONE CONTEMPORANEAMENTE)
- **OBBLIGATORIO IL TAPPETINO PERSONALE**
- **IGIENIZZARE LE MANI**, QUANDO POSSIBILE, ANCHE **DURANTE L'ALLENAMENTO**

## ➤ MODALITÀ DI ISCRIZIONE

ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE DOVRANNO ESSERE CONSEGNATI O INVIATI (VIA WA O VIA MAIL) I SEGUENTI MODULI, SCARICABILI DAL SITO GIROVOLLEYROMA.IT SEZIONE INFO CORSI, COMPILATI E FIRMATI:

- RICHIESTA DI TESSERAMENTO
- DICHIARAZIONE ASSUNZIONE DI RESPONSABILITÀ PER CERTIFICATO MEDICO

## ➤ MODALITÀ DI PAGAMENTO

I PAGAMENTI POSSONO ESSERE EFFETTUATI CON LE SEGUENTI MODALITÀ:

- BONIFICO IBAN - IT 03 G083 2703 2740 0000 0000 150 - INTESTATO ASD GIRO VOLLEY - BCC ROMA AG. 186 - VESCOVIO  
(SPECIFICARE NELLA CAUSALE COGNOME E NOME)
- PRESSO LA PALESTRA SINOPOLI MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ DALLE 17.30 ALLE 19.30
- DIRETTAMENTE ALL'INSEGNANTE

## ➤ ISTRUTTRICE

**RITA ZACCARIA**

- LAUREA IN SCIENZE MOTORIE
- LAUREA SPECIALISTICA IN SCIENZE E TECNICHE DELL'ATTIVITÀ MOTORIA E PREVENTIVA ADATTATA

## ➤ CERTIFICATO MEDICO E COPERTURA ASSICURATIVA?

**IL CERTIFICATO MEDICO E' OBBLIGATORIO E VA CONSEGNATO IN ORIGINALE ALMENO 48 ORE PRIMA DELL'INIZIO DEL CORSO** (CERTIFICATO DI IDONEITÀ ALLA PRATICA SPORTIVA NON AGONISTICA RILASCIATO DAL MEDICO CURANTE O DA ALTRO MEDICO).

TUTTI GLI ISCRITTI SONO TESSERATI UISP E DI CONSEGUENZA USUFRUISCONO DI COPERTURA ASSICURATIVA IN BASE ALLE NORMATIVE VIGENTI. TUTTI I DETTAGLI E LE EVENTUALI POSSIBILITÀ DI INTEGRAZIONE DELLA COPERTURA BASE SONO VISIBILI SUL SITO UISP.IT.

LA COPERTURA ASSICURATIVA È **GARANTITA DALLE 24.00 DEL SECONDO GIORNO SUCCESSIVO ALLA CONSEGNA DEL CERTIFICATO MEDICO**. L'ATLETA, FINO A TALE SCADENZA, O COMUNQUE NON IN REGOLA CON TALE ADEMPIMENTO, NON PUÒ PARTECIPARE ALLE ATTIVITÀ. IN CASO **CONTRARIO SI ASSUME TUTTE LE RESPONSABILITÀ PER EVENTUALI INFORTUNI O DANNI CAUSATI A COSE O TERZI**.

- **INFO: WA 3356898577 - GIROVOLLEYROMA@LIBERO.IT - WWW.GIROVOLLEYROMA.IT**