



La Società Ginnastica Triestina Nautica organizza Corsi di Avviamento alla pratica del canottaggio per bambini di età compresa tra gli 8 ed i 14 anni

1° CORSO DAL 18 AL 29 GIUGNO

2° CORSO DAL 2 AL 13 LUGLIO

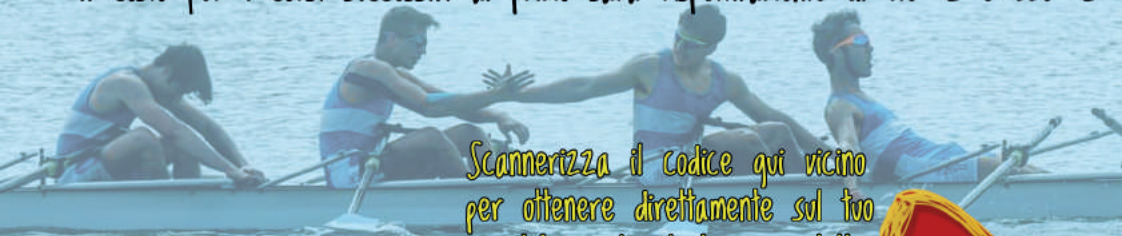
3° CORSO DAL 16 AL 27 LUGLIO

4° CORSO DAL 20 AGOSTO 31 AGOSTO

I Corsi si terranno dal lunedì al venerdì con due opzioni di orario:

- dalle 8,45 alle 13.00 al costo di 130 €
- dalle 8,45 alle 16.30 al costo di 260 € (pranzo incluso)

Il costo per i corsi successivi al primo sarà rispettivamente di 110 € e 220 €



Scannerizza il codice qui vicino per ottenere direttamente sul tuo smartphone il volantino con tutte le informazioni del corso!



Per iscrizioni e prenotazioni

Pontile Istria 6 (Terza Società del molo)

Segreteria: Lunedì, mercoledì e venerdì dalle 17.00 alle 19.00

Tel. 040 305239 Mail sgtnautica@gmail.com





SOCIETÀ GINNASTICA TRIESTINA NAUTICA

Canottaggio dal 1863

Anno 2018 – corsi estivi di avviamento allo sport del canottaggio

La Società Ginnastica Triestina Nautica di Trieste organizza dei **Corsi di Avviamento alla pratica del Canottaggio** destinati ai ragazzi e ragazze di età compresa tra gli **8 e i 14 anni** (nati negli anni 2004-2010) i corsi si terranno presso la sede della società in Sacchetta sul Pontile Istria 6 (la **terza** società sul pontile delle canottiere) col seguente calendario:

1° CORSO DAL 18 al 29 GIUGNO

2° CORSO DAL 2 al 13 LUGLIO

3° CORSO DAL 16 AL 27 LUGLIO

4° CORSO DAL 20 AL 31 AGOSTO

Sono previste due settimane di corso, dal lunedì al venerdì, con le seguenti opzioni di orario:

- dalle ore 8.45 alle 13.00, costo € 130,00 (comprensivo di iscrizione FIC e assicurazione)

- dalle ore 8.45 alle 16.30, pranzo incluso, costo € 260,00 (comprensivo di iscrizione FIC e assicurazione)

I corsi sono tenuti da personale esperto e da un allenatore qualificato della Federazione Italiana Canottaggio e prevedono il numero massimo di 15 ragazzi.

Per la partecipazione ad ulteriori corsi e per i figli dei Soci il costo sarà di € 110,00 e di € 220,00.

Per partecipare ai corsi i ragazzi devono saper nuotare

All'atto dell'iscrizione il genitore deve presentare un **CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA** relativo all'anno in corso (è sufficiente la fotocopia del certificato scolastico) ed una foto formato tessera.

Nei corsi s'intende svolgere un'attività finalizzata alla conoscenza dello sport del Canottaggio. I nostri istruttori faranno svolgere esercitazioni a terra al remoergometro (simulatore della voga), esercizi ginnici propedeutici, ma anche attività di gioco diversificate presso la nostra sede e i parchi di Piazza Carlo Alberto e Passeggio Sant'Andrea.

Quando le condizioni atmosferiche lo permetteranno, dopo l'apprendimento dei movimenti base, i ragazzi verranno portati in mare con le imbarcazioni adatte alla loro categoria, e sotto la sorveglianza in motoscafo da parte dei nostri istruttori apprenderanno la pratica della voga sportiva.

Al termine dei corsi di avviamento allo sport, i ragazzi potranno proseguire l'attività nella squadra agonistica giovanile della Società Ginnastica Triestina Nautica.

I partecipanti ai corsi devono essere muniti dell'abbigliamento adatto all'attività in mare.

È opportuno dotare i ragazzi di cappellino, bottiglia d'acqua, crema solare in caso di sensibilità al sole e ricambi (maglietta, pantaloncini, calze, ecc.) in quanto con l'attività a mare ci si bagna frequentemente.

PER ISCRIZIONI E PRENOTAZIONI

Segreteria: lunedì, mercoledì e venerdì dalle 17.00 alle 19.00 tel. 040 305239

o lasciare un messaggio Email: sgtnautica@gmail.com

seguici sulla pagina Facebook [Società Ginnastica Triestina Nautica](#)

SOCIETÀ GINNASTICA TRIESTINA NAUTICA

ISCRIZIONE AI CORSI ESTIVI

DI CANOTTAGGIO

Data...../...../.....

Il/la sottoscritto/a.....

Tel..... Cell.

Indirizzo E-mail

genitore, rappresentante legale del ragazzo/a.....

nato/a a il.....

Indirizzo.....

Iscrivono il proprio figlio/a al Corso di Avviamento allo sport del Canottaggio per il periodo dal:/...../..... al/...../..... con l'orario:

8.45-13.00

8.45-16.30 (*compreso pranzo*)

Il/la sottoscritto/a

AUTORIZZO

NON AUTORIZZO

mio figlio ad uscire da solo dalla sede al termine delle lezioni.

Si allega:

Certificato medico per l'attività sportiva non agonistica relativo all'anno in corso

Fotografia in formato tessera del ragazzo/a

Inoltre il/la sottoscritto/a dichiara che il ragazzo/a sa nuotare e che è a conoscenza che gli istruttori, in caso di avverse condizioni meteomarine, potranno raggiungere a piedi i parchi di Piazza Carlo Alberto e Passeggio Sant'Andrea per svolgere attività di gioco diversificate.

La Società comunica che gli iscritti usufruiranno di copertura assicurativa della Federazione Italiana Canottaggio.

FIRMA