

## IL LUNEDÌ ARRIVO ALLA PALESTRA DI GINNASTICA MEDICA E STUDIO DI FISIOCHINESITERAPIA

### PRESSO "PUBBLICA ASSISTENZA"

Dalle Ore 08.30 e le 09.00:

Ore 12.30: pranzo presso il Ristorante Pizzeria Il Campino.

Tutte le giornate iniziano e terminano all'interno della palestra.

Ore 10.30: Seconda colazione.

Ore 12.30: Ristoro presso il Ristorante/Pizzeria IL CAMPINO.

Ore 12.00/13.30:

Ritorno con i propri Genitori/Parenti.

### COSA SI DEVE PORTARE

- 1) OCCORRENTE PER LA PULIZIA PERSONALE:
  - ASCIUGAMANO - SPAZZOLINO DA DENTI
- 2) SCARPE DA GINNASTICA, CALZE E SANDALI
- 3) 1 MAGLIETTA
- 4) LA SECONDA COLAZIONE E 1 BOTTIGLINA DI ACQUA.

### COSA NON SI DEVE PORTARE

- 1) NON PORTARE OGGETTI DI VALORE
- 2) NON PORTARE I TELEFONINI
- 3) NON PORTARE I SOLDI

### COME SIAMO ORGANIZZATI

Il Palazzo della Pubblica Assistenza (la Palestra è al 1° piano) , è perfetta come ubicazione poiché è in città, facilmente raggiungibile a piedi da Piazza "Nova" e dalla ciclabile/pedonale di Via Dante-Via B.Spartaco Lavagnini, molto vicino alle abitazioni è al tempo stesso è facile l'accesso al colle di Montemorli fra prati e boschi.

L'ambientazione, gli istruttori/educatori, la natura, la bellezza del bosco, la ginnastica al mattino, l'osservazione di regole per i giochi, valorizzano la crescita e la spontanea curiosità dei ragazzi verso il mondo all'aria aperta, il mondo della natura consentendo loro di compiere osservazioni ed esperienze dirette.

E' la cuoca del CAMPINO che cucina molto bene e prepara il pranzo per noi; la spesa viene fatta quotidianamente, indicare sulle schede eventuali intolleranze alimentari o diete.

### LE ISCRIZIONI

Le iscrizioni si aprono il **28/05/2012** e si chiudono inderogabilmente il **23/07/2012**.

Le iscrizioni saranno accettate esclusivamente presso lo Studio della Palestra Medica, sito in Via Dante, 39 "Palazzo della Pubblica Assistenza" (1° piano) ,dove verrà compilato un modulo di iscrizione, indicando nome, cognome, età, recapito telefonico, indirizzo del/dei partecipante/i vi verrà rilasciata la ricevuta del pagamento dell'intero importo.

#### **I posti sono limitati (16)**

L'iscrizione sarà considerata ad ogni effetto autodenuncia di idoneità fisica;

L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali incidenti o danni a persone o cose che si dovessero verificare durante il soggiorno ed i giri escursionistici.

#### **BAMBINI/E DA 6 AI 10 ANNI**

Dal lunedì al venerdì con orario a scelta:

- 08.30/09.00-12.00
- 08.30/09.00-13.30

**1 MESE 2 SETTIMANE:**

- tutti i giorni fino alle 12.00
- tutti i giorni fino alle 13.30
- lun. mer. e ven. fino alle 12.00
- lun. mer. e ven. fino alle 13.30
- il mart. e giov. fino alle 12.00
- il mart. e giov. fino alle 13.30

**1 SETTIMANA:**

- tutti i giorni fino alle 12.00
- tutti i giorni fino alle 13.30

## COMPORTAMENTO DURANTE LE USCITE

- 1) Non superare mai l'istruttore/educatore.
- 2) Non attardarsi in coda rispetto al "chiudi fila".
- 3) Fermarsi tutte le volte che l'istruttore/educatore lo ritiene necessario e ripartire solo al via dell'istruttore/educatore.
- 4) Durante le soste mettersi in disparte e non invadere la strada.
- 5) Procedere in "fila indiana" (come previsto dal Codice della Strada), prestando particolare attenzione in caso di traffico pesante.

## COME ARRIVARE

**In auto** dalla Via Pisana provenendo da Certaldo, Via Galvani, dopo il cavalcavia prosegui a diritto per 100 mt circa la prima a destra Via Aspromonte, prosegui per Via Volturno e giri a sinistra per Via Fucini, dopo 50 m. ti trovi il palazzo della Pubblica Assistenza a sinistra, la palestra si trova al primo piano, sali le scale e siamo la prima porta a sinistra;

**a piedi** dal Centro di Poggibonsi, Via della Repubblica (Via Maestra) arrivi fino a piazza "Nova", prosegui per le scuole "Marmocchi" - "Vittorio Veneto" prendi la strada a sinistra dopo la scuola "Marmocchi" Via Camaldo", prosegui per Via Dante a destra fino all'incrocio con Via Brigate Spartaco Lavagnini, vai a diritto, sempre per Via Dante, per altri 100 m. e alla tua sinistra trovi il Palazzo della Pubblica Assistenza, la palestra si trova al primo piano, sali le scale e siamo la prima porta a sinistra;

## IL PRANZO PRESSO IL RISTORANTE/PIZZERIA

### "IL CAMPINO"

comprenderà:

1 piatto (primo oppure secondo),

1 contorno, la frutta, 1 acqua da 1/2 litro, pane, posateria ed apparecchiamenti

Escluso qualsiasi contenuto agonistico, si gioca tranquillamente in allegra compagnia, per le uscite, lontane (per quanto possibile) dal traffico, fermandosi quando occorre, senza mai superare l'istruttore/educatore e rispettando le regole del Codice della Strada.

Godere delle bellezze del paesaggio, approfondire le conoscenze degli aspetti naturalistici, artistici e storici del territorio, fare nuove amicizie e un benefico esercizio fisico, queste le principali finalità delle nostro CAMPOGINNICO.

L'istruttori/educatori sono professionalmente preparati, desiderano divertirsi educando, perciò chiediamo ai partecipanti spirito di collaborazione e di adattamento e voglia di stare allegramente insieme.

### **PER ULTERIORI INFORMAZIONI:**

**Roberta Mangani cell 338 - 2787050**

**(telefonare dopo le 19:30)**

**[mangrobe@libero.it](mailto:mangrobe@libero.it)**

**Barbara Greco cell 328 - 6645542**

**[grecobarbara@yahoo.it](mailto:grecobarbara@yahoo.it)**



## **CAMPOGINNICO**

**DAL 25 GIUGNO  
AL 27 LUGLIO 2012**



**VICINO A CASA  
CON I TUOI AMICI**