

GIORNATA TIPO:

La giornata tipo è, generalmente, così suddivisa:

- 7.30 Sveglia
- 8.00 - 9.00 Colazione
- 9.15 - 13.00 Attività teorico-pratiche sportive nelle palestre della scuola e strutture sportive nelle vicinanze della scuola
- 13.30 - 14.30 Pranzo
- 14.30 - 15.30 Pausa di recupero-riposo
- 15.30 - 18.30 Attività teorico-pratiche sportive in spiaggia e in acqua
- 18.30 - 20.15 Tempo libero/doccia ecc...
- 20.15 – 21.30 Cena
- 21.30 Attività serali (tornei di ping-pong, carte, dama ecc., animazione con giochi notturni, film, disco-dance e uscite serali per visitare la città ecc.)
- 23.30 Shhh... si dorme!

ATTENZIONE:

I ragazzi saranno accompagnati da professori della nostra scuola.

PER ISCRIVERSI:

occorre versare 50 € di caparra entro e non oltre il 31 marzo 2023 prendendo contatti con la segreteria della Scuola.

VACANZA SPORT E CULTURA 2023

Quest'anno vogliamo proporre ai nostri studenti una vacanza all'insegna dello sport e della cultura, precisamente in Calabria nella località di Palmi, per condividere con alcune scuole della Calabria questa esperienza e quindi creare una RETE di rapporti, di collaborazioni, di condivisioni, integrazioni e amicizie, dove lo sport e la cultura sono le tematiche trainanti della vacanza.

QUALI ATTIVITA' SPORTIVE ?

SPORT DI SQUADRA:

- PALLAMANO, PALLAVOLO,
PALLACANESTRO, CALCETTO A 5

SPORT INDIVIDUALI:

- ATLETICA, TIRO CON L'ARCO, TIRO
A SEGNO, TENNIS TAVOLO E TENNIS

SPORT SULLA SPIAGGIA E IN ACQUA:

- BEACH VOLLEY, TOUCHBALL,
NUOTO, PALLANUOTO

DOVE ALLOGGEREMO:

In hotel 4 stelle e per il pranzo
solitamente presso l'istituto
"Einaudi-Alvaro" di Palmi.



QUANDO ?

Partenza con pullman da
Busto Garolfo martedì 11 luglio
ore 20.30 e rientro martedì 18
luglio ore 12.00.

QUOTA:

Costo di € 400 comprensive di:

- servizio di trasporto in autobus da Busto Garolfo a Palmi con Leonardo Bus;
- servizio autobus per tutti i trasferimenti per le diverse escursioni;
- attività sportive con istruttori professionisti delle diverse discipline;
- attività culturali con guide turistiche;
- trattamento di pensione completa (vitto e alloggio);
- 2 giornate di escursioni (una di trekking in Aspromonte e una alle città di Reggio Calabria, Museo dei Bronzi di Riace e Tropea);
- assicurazione.

TUTTE LE ATTIVITÀ SOTTO LA

SUPERVISIONE DI TECNICI-

ALLENATORI QUALIFICATI E

SVOLTE NELLA MASSIMA

SICUREZZA