







FAC - SIMILE PROGRAMMA SETTIMANALE

SETTIMANA di Sport Estate Insieme

SPORT ESTATE

+SPORT
x TUTTI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
7.45	BENVENUTO AL MATTINO - accoglienza dalle 7.45 alle 8.00 (fino alle 8.30 SOLO al CAMPO BASE)				
M A T T I N O	MINI TORNEI * minibasket * minivolley * calcio * calcetto balilla * ping pong * scacchi	ARRIVO ENTRO LE 8.00 GITA  SENTIERO "IL LAVORO, LE FATE, LE STREGHE" LOC. PREGHENA - VAL DI NON -	la MATTINA dei 5 SENSI  FINE GIORNATA PT PRANZO FINE GIORNATA PT + P	ARRIVO ENTRO LE 8.00 GIORNATA INTERA IN PISCINA  ATTENZIONE * PRANZO al SACCO * ACQUA almeno 1 litro * COSTUME e CUFFIA * CIABATTE * ASCIUGAMANO * CREMA PROTETTIVA * CAPPELLINO * NON SOVRACCARICARE LO ZAINO	ORIENTEERING <i>prova a trovare la lanterna !!!</i>  indossare SCARPE CHIUSE FINE GIORNATA PT PRANZO FINE GIORNATA PT + P
12.30	FINE GIORNATA PT		FINE GIORNATA PT		FINE GIORNATA PT
	PRANZO		PRANZO		PRANZO
14.00	FINE GIORNATA PT + P		FINE GIORNATA PT + P		FINE GIORNATA PT + P
P O M E R I G I O	TENNIS dritti & rovesci se la hai porta la tua racchetta con te 	ATTENZIONE * PRANZO al SACCO * ACQUA almeno 1 litro * VENTINA o K-WAY * FELPA * SCARPE da TREKKING * CREMA PROTETTIVA * CAPPELLINO * NON SOVRACCARICARE LO ZAINO	ROLLER se vuoi porta i tuoi  ROLLER MONOPATINO SKATEBOARD portare CALZINI LUNGHI	* PRANZO al SACCO * ACQUA almeno 1 litro * COSTUME e CUFFIA * CIABATTE * ASCIUGAMANO * CREMA PROTETTIVA * CAPPELLINO * NON SOVRACCARICARE LO ZAINO	H2O game SEMPRE BAGNATO ... SEMPRE FORTUNATO !!!  portare le CIABATTE portare il RICAMBIO
17.00	RIENTRO	RIENTRO	RIENTRO	RIENTRO	RIENTRO
		ORE 17.00 CIRCA		ORE 17.00 CIRCA	

PER EVITARE ROTTURE, LITI E PER UN'ATTIVITÀ LINEARE, NON PORTARE CON TE CARTE, VIDEOGIOCHI E CELLULARI!!

PORTA SPAZZOLINO E DENTIFRICIO PER LAVARTI I DENTI DOPO PRANZO!

CELLULARE di SERVIZIO: ---/--.---.---

- MARTEDÌ e GIOVEDÌ TUTTI CON FREQUENZA FULL TIME E PRANZO AL SACCO
 - Portare per la palestra un paio di scarpe pulite da lasciare tutta la settimana
 - Tenere sempre nello zainetto da bere, a discrezione la merendina ed un ricambio

- Per PISCINA e GITA in caso di PREVISIONI METEO SFAVOREVOLI, comunicheremo eventuali modifiche nel programma

N.B. In base al programma previsto indossare abbigliamento comodo e calzature idonee per poter svolgere l'attività sportiva!

