

LE SETTIMANE DEL CAMP 2022 GIUGNO LUGLIO AGOSTO

SETTIMANA 1	DAL 13 AL 17 GIUGNO
SETTIMANA 2	DAL 20 AL 24 GIUGNO
SETTIMANA 3	DAL 27 GIUGNO AL 01 LUGLIO
SETTIMANA 4	DAL 4 AL 8 LUGLIO
SETTIMANA 5	DAL 11 AL 15 LUGLIO
SETTIMANA 6	DAL 18 AL 22 LUGLIO
SETTIMANA 7	DAL 25 AL 29 LUGLIO
SETTIMANA 8	DAL 1 AL 5 AGOSTO
SETTIMANA 9	DAL 8 AL 12 AGOSTO
SETTIMANA 10	DAL 16 AL 19 AGOSTO
SETTIMANA 11	DAL 22 AL 26 AGOSTO
SETTIMANA 12	DAL 29 AGOSTO AL 2 SETTEMBRE
SETTIMANA 13	DAL 5 AL 9 SETTEMBRE

INIZIO ISCRIZIONI
DAL 1 APRILE
PER INFO PROMO
CHIAMA ALLO
0376 632772

- DAI 6 ANNI COMPIUTI E' RICHIESTO IL CERTIFICATO PER ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA ORIGINALE DA VISIONARE, COPIA DA TRATTENERE.
- ASSICURAZIONE INFORTUNI € 10,00 ● BADGE € 5,00

COSTI E ORARI DELLA SETTIMANA

- Se fai il mattino dalle 7.45 alle 13.00 € 70,00
- Se fai il mattino dalle 7.45 alle 14.00 € 80,00
- Se fai il pomeriggio dalle 13.00 alle 17.30 € 60,00
- Se fai la giornata intera dalle ore 7.45 alle ore 17.30 € 120,00

ACCOGLIENZA dalle 7.45 e non oltre le 9.00

RITIRO PAUSA PRANZO per chi fa solo mattino dalle 12,30 alle 13,00

INGRESSO POMERIGGIO dalle 12.45 alle 13.00

RITIRO SERA dalle 17,00 alle 17,30

Via Don Mazzolari, 2 - 46043 Castiglione delle Stiviere (MN)

e-mail segreteria@centronuotocastiglione.it www.centronuotocastiglione.com

Telefono 0376 632772 Whatsapp solo messaggi 333 4362226



S.S.D. "Nuoto Club Castiglione"



POLO NATATORIO COMUNALE S.PIETRO
Castiglione delle Stiviere (MN)

CAMP ESTATE 2022 IL CAMP PIU' ACQUATICO CHE C'E'!

Dai 4 anni ai 14 anni:

Baby camp da 4 a 6 anni

Junior camp da 7 a 10 anni

Camp teenagers da 11 a 14 anni

Dal lunedì al venerdì

Scegli tra Camp mattino, Camp pomeriggio o intera giornata.

PROGRAMMA ATTIVITA'

MATTINO: attività sportive e giochi di gruppo, corso di nuoto suddivisi per livello ore 10.00, acquascivoli, merenda, giochi musicali.

POMERIGGIO: attività manuali e giochi di gruppo nel boschetto all'ombra, attività ricreative in acqua e acquascivoli.

Le attività ed i giochi verranno proposti in base alla suddivisione dei gruppi (baby, junior, teenagers).

PAUSA PRANZO

Pasto dalle 13.00 alle 14.00. E' possibile portare il pasto al sacco dentro una borsa frigo oppure si può effettuare il pagamento del menù settimanale presso il nostro punto ristoro.

INTERA SETTIMANA € 30,00 PASTO SINGOLO € 7,00



MENU'

LUNEDI Panino con cotoletta + acqua + frutta fresca

MARTEDI Pizza margherita + acqua + gelato

MERCOLEDI Piadina prosciutto e formaggio + acqua + dolcetto alla nutella

GIOVEDI Toast prosciutto cotto e formaggio + acqua + mini muffin cioccolato

VENERDI Panini al latte con salame e prosciutto cotto + acqua + ghiacciolo



MERENDA: la merenda del mattino è alle 11.30, quindi prepara per il tuo bambino un frutto o qualcosa di leggero, alle 13.00 si pranza!

La merenda del pomeriggio è alle 16.30, se preferisci i bambini possono essere accompagnati al bar per un gelato, oppure scegli cosa portare da casa!

Ricorda di portare una piccola borraccia con il nome.

INFORMAZIONI UTILI

Occorrente; zainetto, cuffia per l'acqua, costume, ciabatte, telo, merenda, borraccia con nome.

Spostamento settimana per motivi personali: Una volta effettuata l'iscrizione, la settimana può essere spostata fino a 7 giorni prima dell'inizio

Spostamento settimana per motivi di salute: telefonare entro le 8.00 del primo giorno di inizio e avvisare. Entro 2 giorni portare il certificato medico per poter effettuare il posticipo senza costi aggiuntivi.

Il credito non può essere ceduto a familiari o amici.

Le giornate singole perse non possono essere recuperate.

Autorizzazione al ritiro del bambino: se hai necessità, puoi firmare una delega con i dati della persona che verrà a ritirare il tuo bambino (richiedila in reception).

Autorizzazione uscita senza genitore: se hai necessità e solo se il tuo bambino ha già compiuto gli 11 anni, puoi firmare una richiesta, per l'uscita senza accompagnatore (richiedila in reception).

Livelli di nuoto

IL BAMBINO OTTIENE L'OBIETTIVO LIVELLO GIRINO, quando sa fare:

cammino, corsa, salto e spostamento in acqua in tutte le direzioni con tranquillità
immersione del viso con occhi aperti per più secondi
apnea e espirazione in acqua sia dal naso che dalla bocca
tuffo a candela, di testa, nel cerchio



IL BAMBINO OTTIENE L'OBIETTIVO LIVELLO PESCIOLINO, quando sa fare:

galleggiamento stella – prono e supino per 10 secondi
galleggiamento a palla
scivolamento stile con e senza battuta di gambe
scivolamento dorso con e senza battuta di gambe
recupero oggetto sul fondo in acqua bassa
ambientamento al bordo in acqua alta
tuffo a candela in acqua alta



IL BAMBINO OTTIENE L'OBIETTIVO LIVELLO PESCE PALLA, quando sa fare:

ambientamento in acqua alta
galleggiamento verticale
scivolamento dorso gambe per almeno 10 metri
scivolamento stile gambe per almeno 10 metri
scivolamento dorso con braccia sopra la testa
scivolamento stile con respirazione frontale
recupero oggetto altezza 1 metro e 10 cm
tuffo di testa in acqua alta



IL BAMBINO OTTIENE L'OBIETTIVO LIVELLO PESCE ROSSO, quando sa fare:

dorso completo
stile libero iniziale
recupero oggetto altezza 1 metro e 40 cm
capriole
tuffo di partenza dal blocco



IL BAMBINO OTTIENE L'OBIETTIVO LIVELLO PESCE AZZURRO, quando sa fare:

dorso completo
stile libero completo con respirazione ogni 2 e ogni 3 bracciate
rana iniziale
gambe delfino
rana subacquea
virate iniziali



IL BAMBINO OTTIENE L'OBIETTIVO LIVELLO SQUALO, quando sa fare:

dorso completo
stile libero completo
rana completa
delfino iniziale e virate



IL BAMBINO OTTIENE L'OBIETTIVO LIVELLO SQUALO BIANCO, quando sa fare:

delfino, dorso, rana e stile libero completi 100 misti con partenza e cambi
apnea 15 mt

