



STAGE ESTIVO 2011 - MERANO

MERANARENA
18 luglio 2011 – 26 agosto 2011

Dal 18 luglio al 26 agosto 2011 la nostra società organizza in collaborazione con la sezione “pattinaggio artistico” dello Sport Club Merano uno stage per le specialità di artistico singolo e sincronizzato.

Programma attività artistico singolo:

Gli allenamenti si svolgeranno dal lunedì al venerdì a Merano al Meranarena. I partecipanti verranno suddivisi in due gruppi (A e B) in base al livello di pattinata; la suddivisione potrà variare in base alle particolari necessità di allenamento delle/degli atlete/i ferme restando le ore complessive.

La suddivisione dei gruppi verrà organizzata dagli allenatori.

Ad entrambi i gruppi verranno garantite 2 sessioni di ghiaccio al giorno, 1 ora di danza e la ginnastica; dal lunedì al venerdì.

Gli allenamenti sul ghiaccio e la ginnastica saranno seguiti da Milena Panic.

La danza verrà seguita dalla maestra Lucia di Merano.

Il costo complessivo dello stage di artistico singolo sarà di **Euro 250,00** a settimana; ginnastica e danza incluse.

Saranno possibile eventuali piccole modifiche agli orari indicati, che verranno tempestivamente comunicate prima dell’inizio dell’attività.

GHIACCIO: tutti i giorni

9.00-10.10 gruppo B
10.20-11.40 gruppo A
12.40-13.50 gruppo B
14.00-15.20 gruppo A

DANZA: tutti i giorni

9.00-10.00 gruppo A
10.30-11.30 gruppo B

GINNASTICA

lun.merc.giov. 15.30-16.30 gruppo A+B+SINCRO
martedì 13.00-13.45 gruppo A
venerdì 14.30-15.15 gruppo B

A.S.D. ICE CLUB BOLZANO – BOZEN

c/o Fellin – via Mendola 113 - 39100 Bolzano
Cod.Fisc. 80021250214

ASV ICE CLUB BOLZANO – BOZEN

c/o Fellin – Mendelstr. 113 – 39100 Bozen
St.Nr. 80021250214



Programma attività sincronizzato:

La novità per quest'anno è il pattinaggio sincronizzato. Chi volesse partecipare allo stage "sincro" verrà inglobato in un gruppo di avviamento al sincronizzato. Questo gruppo si allenerà sempre dal **18 luglio al 26 agosto** per 3 volte alla settimana.

Si precisa che la partecipazione all'attività di sincronizzato, non richiedendo particolari capacità, è aperta a tutti.

L'attività di ghiaccio e ginnastica sarà seguita da Milena Panic.

La danza e la ginnastica verranno svolte prima della sessione di ghiaccio.

Il costo dello stage ammonta a **Euro 130,00** a settimana; danza e ginnastica incluse.

Saranno garantite 3 ore di ghiaccio, 3 ore di ginnastica e 3 ore di danza alla settimana.

Gli orari indicativi saranno i seguenti:

lunedì	14.30-15.30 danza	15.30-16.30 ginnastica	17.30-18.30 ghiaccio
mercoledì	14.30-15.30 danza	15.30-16.30 ginnastica	17.30-18.30 ghiaccio
giovedì	14.30-15.30 danza	15.30-16.30 ginnastica	17.30-18.30 ghiaccio

I partecipanti saranno seguiti durante gli allenamenti, ma la società non assume alcuna responsabilità in merito alle pause ed ai momenti dedicati al pranzo. Si invitano i genitori a raccomandare alle/i ragazze/i di rimanere sempre all'interno dell'impianto dove si svolge l'attività con le altre atlete.

Per ulteriori informazioni e/o adesioni contattare via mail:

info@iceclub.bz.it oppure direttamente Milena Panic: milenaiceskating@gmail.com

IL DIRETTIVO

A.S.D. ICE CLUB BOLZANO – BOZEN
c/o Fellin – via Mendola 113 - 39100 Bolzano
Cod.Fisc. 80021250214

ASV ICE CLUB BOLZANO – BOZEN
c/o Fellin – Mendelstr. 113 – 39100 Bozen
St.Nr. 80021250214

Tel.: +39 334 9673866 – Fax.: +39 0471 1830112 – E-mail: info@iceclub.bz.it – Web: www.iceclub.bz.it