

da lunedì 9 a sabato 14 agosto

# SETTIMANA SPORTIVA SAG GORDOLA ST.MORITZ '10

atletica - badminton - pallavolo - podismo  
unihockey - ginnastica - karatè - roller - squash



## 5° VACANZA SPORTIVA SAG GORDOLA

Per il quinto anno la SAG Gordola rinnova l'invito ai propri soci di tutte le sue sezioni al campo d'allenamento e incontro estivo nella bellissima località di St. Moritz – Celerina.

Vogliamo trascorrere una divertente vacanza e per questo prevediamo parecchie attività alternative che la ricca regione dell'Engadina offre. Ovviamente, il campo è organizzato anche per preparare al meglio la nuova stagione sportiva, ma non solo !

Possiamo far incontrare la grande famiglia SAG, visto che spesso siamo impegnati ognuno su fronti sportivi diversi.

Esistono poi molteplici possibilità di svago, dallo shopping alle magnifiche escursioni a piedi e in MTB, dalla piscina al pattinaggio.

Alloggiando all'INN LODGE ([www.innlodge.ch](http://www.innlodge.ch)), disponiamo interamente degli spazi di questa accogliente struttura con le varie camere e servizi nel centro di Celerina.

Il costo del campo è mantenuto **molto conveniente**, sia per giovani che adulti. Possiamo preventivare un costo di 250.- Fr per i giovani fino a 15 anni e di 320.- per gli adulti, per 6 giorni di sport, viaggio e pensione completa ! I non soci della SAG pagano 80.- in più. Cerchiamo dei piccoli sponsor che ci possa aiutare a finanziare la produzione delle T-shirt ricordo del camp (spesa prevista 850.- Fr).

Anche quest'anno disponiamo di ben 4 palestre e campi esterni e limitiamo il numero di iscrizioni a 60 posti. In caso di soprannumero, diamo **priorità ai giovani**.

La presenza di **genitori** di partecipanti è per principio limitata solo a coloro che forniscono un aiuto alla cucina oppure alloggiano in camere separate.

Aspettiamo dunque la tua iscrizione, al più tardi entro il **30 aprile**. Possiamo così preparare il programma definitivo e organizzare al meglio le varie uscite e le attività.



## INFORMAZIONI

Ecco le informazioni più importanti:

- Partenza **lunedì 9 agosto** , 8.00 dal CST di Tenero  
Ritorno **sabato 14 agosto**, ore 16.30ca.  
Hotel **Inn Lodge**, Hotel per gruppi, Via Nouva 9, 7505 Celerina, Tel. 081/834.47.95 (solo in caso di necessità)  
Costi 250.- per giovani fino a 15 anni e 320.- dai 16 anni in poi. Non soci SAG +80.-  
Iscrizione con tutti i dati entro il **30 aprile**  
Assicurazione A carico dei partecipanti  
Info Matasci Alan, 079/293.08.86

### Programma indicativo della settimana

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
Viaggio	Allena-mento disciplina	Allena-mento disciplina	Escursione nella regione (pic-nic)	Allena-mento disciplina	Pulizia e riordino
Allena-mento disciplina	All. disciplina/ polisport	Allena-mento disciplina		Pomeriggio polisportivo	Viaggio di ritorno
Torneo di giochi	Torneo polisport in palestra	Serata cinema	Torneo di giochi	Serata finale – discoteca	

In caso di brutto tempo sono previste attività indoor, piscina, ecc.

Allenamento disciplina volley+unihockey : pal. Celerina/Samedan  
karate : esterno e pal. Celerina/Samedan  
badminton : palestra Samedan  
atletica e podismo : St. Moritz e dintorni  
squash : Corviglia squash Center



## FORMULARIO ISCRIZIONE VACANZA SPORTIVA SAG GORDOLA

Lunedì 9 – sabato 14 agosto 2010

Nome : \_\_\_\_\_  
Cognome : \_\_\_\_\_  
Data nascita : \_\_\_\_\_  
No. tel. : \_\_\_\_\_  
e-mail : \_\_\_\_\_

Settore  **volley**  **atletica**  **karate**  
 **polisport**  **unihockey**  
Squadra : \_\_\_\_\_

Ev. accompagnatori :  
*(conferma dell'accettazione avviene solo dopo il 15 maggio)*

Nome / Cognome : \_\_\_\_\_ età : \_\_\_\_\_  
Nome / Cognome : \_\_\_\_\_ età : \_\_\_\_\_

Per accompagnatori, desideriamo stanza separata  
(con costi supplementare 25.-/giorno) :  **si**  **no**  
Prendo la mia auto :  **si**  **no**

Osservazioni :  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Intendo partecipare alla vacanza sportiva SAG, ho letto e  
accettato le informazioni e condizioni scritte.

Data : \_\_\_\_\_ Firma : \_\_\_\_\_  
(anche dei genitori se minorenni)

da ritornare **entro il 30 aprile**, al proprio allenatore o inviandolo per posta a:  
SAG, cp 32, 6596 Gordola oppure inviando una e-mail completa a  
[info@saggordola.ch](mailto:info@saggordola.ch) oppure online : [www.saggordola.ch](http://www.saggordola.ch)



## FORMULARIO ISCRIZIONE VACANZA SPORTIVA SAG GORDOLA

Lunedì 9 – sabato 14 agosto 2010

Nome : \_\_\_\_\_  
Cognome : \_\_\_\_\_  
Data nascita : \_\_\_\_\_  
No. tel. : \_\_\_\_\_  
e-mail : \_\_\_\_\_

Settore  **volley**  **atletica**  **karate**  
 **polisport**  **unihockey**  
Squadra : \_\_\_\_\_

Ev. accompagnatori :  
*(conferma dell'accettazione avviene solo dopo il 15 maggio)*

Nome / Cognome : \_\_\_\_\_ età : \_\_\_\_\_  
Nome / Cognome : \_\_\_\_\_ età : \_\_\_\_\_

Per accompagnatori, desideriamo stanza separata  
(con costi supplementare 25.-/giorno) :  **si**  **no**  
Prendo la mia auto :  **si**  **no**

Osservazioni :  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Intendo partecipare alla vacanza sportiva SAG, ho letto e  
accettato le informazioni e condizioni scritte.

Data : \_\_\_\_\_ Firma : \_\_\_\_\_  
(anche dei genitori se minorenni)

da ritornare **entro il 30 aprile**, al proprio allenatore o inviandolo per posta a:  
SAG, cp 32, 6596 Gordola oppure inviando una e-mail completa a  
[info@saggordola.ch](mailto:info@saggordola.ch) oppure online : [www.saggordola.ch](http://www.saggordola.ch)