



SOCIETA' GINNASTICA 柔道
SANGIOVANESE
SCUOLA DI JUDO

San Giovanni V.no - Via Garibaldi 45 - Via Alberti 7

Figline V.no - Via Petrarca 42

mail: daniela@scuoladijudo.it - davide@scuoladijudo.it

www.scuoladijudo.it

INFORMAZIONI GENERALI

INSEGNANTI TECNICI

Davide Bandini (Cintura nera 4° dan, Maestro)

Daniela Ribaudò (Cintura nera 2° dan - Istruttore)

Cristiano Balsimelli (Cintura nera 2° dan - Istruttore)

Anna Moretti (Cintura nera 1° dan - Allenatore)

Alessia Arcangioli (Cintura nera 1° dan - Allenatore)

CORSI SAN GIOVANNI V.NO

Martedì ore 18.15 - 19.00 (bambini) - Via Alberti 7
19.30 - 20.30 (ragazzi) - Via Garibaldi 45
20.30 - 21.30 (adulti) - Via Garibaldi 45

Giovedì ore 18.15 - 19.00 (bambini) - Via Alberti 7
19.30 - 20.30 (ragazzi) - Via Garibaldi 45
20.30 - 21.30 (adulti) - Via Garibaldi 45

CORSI FIGLINE V.NO

Mercoledì ore 18.00 - 19.00 (bambini)
19.00 - 20.00 (ragazzi)

Venerdì ore 18.00 - 19.00 (bambini)
19.00 - 20.00 (ragazzi)

ISCRIZIONE

Prima Iscrizione - Euro 20,00: comprende il rilascio del libretto "Budopass", della tessera associativa CSEN, dell'assicurazione infortuni sportivi e del bollino annuo.

Rinnovi iscrizione annua - Euro 10,00 (assicurazione + bollino)

Per l'iscrizione è necessario:

- Modulo di richiesta di iscrizione compilabile nel sito internet www.scuoladijudo.it;
- Patto di corresponsabilità;
- certificato medico;
- dichiarazione stato di salute;
- documento di identità dell'allievo e, se minore, dei genitori;
- una fototessera/file con foto.

N.B.: Il certificato medico deve essere in corso di validità. Per questioni di carattere legale non possono esercitare coloro che hanno il certificato scaduto. Sarà cura della segreteria comunicare con adeguato anticipo la scadenza del certificato. Nelle more di consegna del certificato medico e per un periodo di tempo limitato può essere presentata autocertificazione da parte dei genitori esercitanti la potestà.

QUOTA CORSI

Mensilità: Euro 40,00. A partire dal mese di ottobre la quota dovrà essere pagata con **cadenza trimestrale** (€ 120,00). In caso di iscrizione di più allievi appartenenti al medesimo nucleo familiare la quota mensile è di Euro 35,00 (trimestrale € 105,00).

Per ragioni di contabilità le quote mensili devono essere improrogabilmente versate entro il giorno 5 di ogni mese. Qualora vi siano esigenze diverse, queste devono essere concordate con la segreteria. E' previsto il pagamento della quota anche se l'allievo non si presenta regolarmente alle lezioni. La quota può essere corrisposta anche tramite bonifico al seguente IBAN:

S.G. SANGIOVANNESE ASD

Banca del Valdarno Credito Cooperativo San Giovanni V.no

IBAN: **IT04P0881171600000000030443**

Copia della contabile deve essere trasmessa via mail alla segreteria.

RIFERIMENTI:

3666305985 (Davide) - 3337470348 (Daniela)

MAIL: davide@scuoladijudo.it - daniela@scuoladijudo.it

Home Page: www.scuoladijudo.it

MISURE DI SICUREZZA COVID

Si prega di prendere visione delle "Raccomandazioni per gli atleti" redatte dalla Fijlkam ed allegate al presente regolamento che ne costituiscono parte integrante.

Al fine di ridurre il contatto sociale nell'ambiente dove si svolgono le attività di allenamento sono state adottate soluzioni organizzative che riguardano la riduzione del numero di atleti per sessione e l'articolazione dell'orario di allenamento.

1) Numero massimo Judoka/corso presso la sede di Via Alberti - 10;

2) Numero massimo Judoka/corso presso la sede di Via Garibaldi - 18;

3) Numero massimo Judoka/corso presso la sede di Via Petrarca - 18;

Si chiede di arrivare presso la struttura sportiva 10 minuti prima dell'inizio dell'allenamento. Si chiede di non arrivare prima al fine di evitare assembramenti. La durata dell'allenamento sarà, a seconda degli allievi, di 45 - 60 minuti. L'uscita dalla struttura avverrà 10 minuti dopo la fine dell'allenamento. Si terrà conto di idoneo intervallo temporale tra la fine di una sessione di allenamento e l'inizio della successiva per evitare a gruppi diversi di incrociarsi.

Gli eventuali accompagnatori dei soli atleti minorenni devono lasciare la struttura sportiva subito dopo l'espletamento delle verifiche previste all'accesso e devono farvi ritorno almeno 5 minuti prima della fine della sessione di allenamento, attendendo all'ingresso nel rispetto delle distanze di sicurezza.

Sono previsti percorsi di entrata e di uscita dedicati.

I vincoli sanitari in atto consentono lo svolgimento di attività individuali e a coppie nel rispetto delle norme di sicurezza, prescrivendo l'osservanza scrupolosa delle raccomandazioni anti-contagio; l'uso della mascherina resta obbligatorio all'arrivo al centro sportivo, fino a quando non abbia inizio la pratica sportiva e, altresì, immediatamente dopo la conclusione della stessa

Al momento dell'accesso alla struttura sportiva viene misurata la temperatura corporea. Se la stessa risultasse superiore a 37,5° non verrà consentito l'ingresso.

Si chiede, come sempre, ma in particolar modo durante questo periodo, la cura della pulizia del judoji e del corpo. Tagliare in maniera molto corta le unghie delle mani e dei piedi. In caso di mani e piedi con unghie lunghe e/o sporche gli allievi saranno allontanati dall'allenamento.

PREMESSA

E' facoltà degli allenatori allontanare ovvero espellere coloro che, con comportamento scorretto o maleducato, pregiudichino l'armonia dell'ambiente.

Norme generali di etichetta del DOJO (REIGI)

- Segui gli insegnamenti dei Maestri ed osserva le regole della buona educazione.
- Il modo corretto di sedersi sul tatami è nella posizione di seiza; se si hai problemi alle ginocchia puoi sederti a gambe incrociate.
- La lezione incomincia e termina con il saluto "Zarei". Quando entri o esci dal tatami, rivolgiti ai Maestri ed esegui il saluto in posizione eretta.
- Se arrivi in ritardo all'allenamento attendi ai bordi del tatami fino a che i Maestri non ti autorizzino ad entrare. Se devi interrompere l'allenamento prima del termine chiedi il permesso ai Maestri.
- Quando i Maestri spiegano una tecnica non parlare e non sostituirti a loro.
- Quando ti trovi a praticare in altri Dojo, osserva con attenzione le regole in essi stabilite.
- Rispetta i praticanti di alto grado.
- Se ricevi un colpo o un urto involontario non insultare né urlare.
- Cura la pulizia del judoji e del tuo corpo. Taglia in maniera molto corta le unghie delle mani e dei piedi. Togli, durante l'allenamento, catenine, anelli e quant'altro possa procurare incidenti a te ed ai tuoi compagni di pratica.