

Regolamento ANIMA RITMICA a.s.d

- È necessario portare fotocopia del codice fiscale, modulo di iscrizione ad inizio attività, autodichiarazione Covid-19.

È vietato:

- Entrare in palestra ed iniziare l'attività senza la presenza ed il permesso dell'insegnante.
- Entrare in palestra con gomme da masticare, caramelle, cibo o bibite, con le scarpe sporche.
- Indossare orecchini pendenti, braccialetti, catenine e orologi.

- PER MOTIVI ASSICURATIVI, NON VIENE AUTORIZZATO L'INGRESSO DEI GENITORI IN PALESTRA DURANTE LE LEZIONI.

Sicurezza:

- È obbligatorio presentare il certificato medico all'inizio dell'attività. Per agoniste, prenotare la visita medica sportiva (senza certificato le ginnaste non saranno ammesse alle lezioni).
- Le atlete saranno assicurate con la U.I.S.P. o C.S.I.
- La presenza in palestra è strettamente riservata ai tesserati ed assicurati dell'Anima Ritmica a.s.d.
- Si richiede la massima puntualità (un buon riscaldamento aiuta a prevenire eventuali infortuni e favorisce un buon allenamento).
- Terminata la lezione cessa ogni obbligo di sorveglianza e responsabilità da parte dell'insegnante.
- Avvisare con anticipo l'insegnante in caso di assenze prolungate oppure di eventuali assenze da esibizioni, saggi o gare.

Abbonamenti/quota associativa:

- La quota associativa annuale va versata al momento dell'iscrizione o prima.

- Gli abbonamenti MENSILI vanno saldati entro 10 GIORNI del mese esclusivamente via bonifico.

Abbonamenti ANNUALI o QUADRIMESTRALI possono essere saldati anche in contanti, entro 20 GIORNI del primo mese di attività. (Beneficiario: Anima Ritmica a.s.d./causale: abbonamento mese di...+ nome atleta/ IBAN: IT92V0538766330000002377065).

- Abbonamenti pagati in contanti dal 2020 non sono detraibili.

- * Per abbonamenti con frequenza 1-4 ore settimanali, non sarà possibile pagare mensilmente.

- Le lezioni non sono recuperabili, fanno eccezione malattie prolungate per più di 2 settimane o casi eccezionali.

- 1 mese: Considerare 4 settimane.

- Sconti per le sorelle: verrà applicato uno sconto del 20% sull'abbonamento della più piccola

- Per entrare nel corso agonistico sarà effettuato test di valutazione/colloquio.

Abbigliamento:

- L'abbigliamento deve essere aderente, possibilmente di nero (scuro) sotto, mentre di color nero (scuro) azzurro-turchese o giallo sopra (meglio indossare il body).
- Calzini di cotone possibilmente di color bianco o grigio + scarpette da ginnastica (mezzo punte), quando lo richiede l'insegnante, scarpe da corsa.
- Capelli sempre raccolti: il collo deve essere libero dai capelli (avere sempre scorta di elastici, mollette e forcine!!!!!!).

Attrezzi/cose - È necessario che le atlete si dotino di propri attrezzi !!!: palla, fune, cerchio, nastro, clavette.

- Per le bimbe di 4-8 anni del corso base, le clavette non sono necessarie.

- Per le agoniste e per le preagoniste, avere propri elastici (semi-rigido), ginocchiere, pesi (0,5 + 0,25/0,3 kg), panciera in caso di freddo/mal di schiena, in più si consiglia di procurarsi un mattoncino.

- Portare sempre una bottiglia di acqua + kit auto igiene (fazzoletti, igienizzante, cerotti...).