

La A.S.D Nautica San Giorgio mette a disposizione degli allievi:

1. imbarcazione tipo Optimist
2. giubbino salvagente
3. sala per le lezioni teoriche
4. Istruttori Federali

Al momento dell'iscrizione bisogna consegnare copia del **certificato medico non agonistico con allegato elettrocardiogramma**. E' richiesto saper nuotare.

E' consigliato portare cappellino, ricambio, telo da bagno, crema solare, K-way, scarpe da ginnastica e sandali chiusi (con la punta del piede coperta), acqua e merenda.

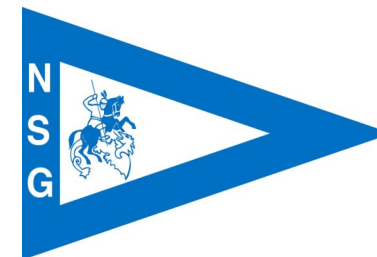
Per le preiscrizione va utilizzato il modulo specifico reperibile anche sul nostro sito e va inviato via e-mail a

[presidente@asdnauticasangiorgio.it](mailto:presidente@asdnauticasangiorgio.it)

o contattare il Presidente Raffaele Berardo al n. 368 224313

Il pagamento anticipato va effettuato con bonifico al:

**IT75Y0533664200000030069818**



## SCUOLA VELA

### Edizione Estate 2019



**a.s.d. NAUTICA SAN GIORGIO**

Soc. affiliata Federazione Italiana Vela - 40° di affiliazione

San Giorgio di Nogaro- UD - Loc. Planais

## Anche quest'anno la ASD Nautica San Giorgio propone 4 settimane di Scuola Vela per bambini e ragazzi dai 6 ai 14 anni

da lunedì a venerdì dalle ore 8.00 alle 17.00

dal 17 al 21 giugno

dal 1 al 5 e dall'8 al 12 luglio

Settimana tenda vela

Dalle 8.00 di lunedì 24  
alle 20.00 di venerdì 29

### Costi di partecipazione

Periodo	Vela 1 figlio	Vela 2 figli	Tenda/Vela 1 figlio	Tenda/Vela 2 figli
1 sett.	€ 100,00	€ 180,00	€ 130,00	€ 250,00
2 sett.	€ 180,00	€ 350,00		
Figli soci				
1 sett.	€ 90,00	€ 170,00	€ 115,00	€ 220,00
2 sett.	€ 170,00	€ 150,00		

Per ogni iscritto va aggiunto 10,00 per la tessera FIV

IL NUMERO MASSIMO DI PARTECIPANTI E' STATO FISSATO IN 15  
PER OGNI SETTIMANA

### Programma giornata tipo

ORE 07:30 SVEGLIA

ORE 07:55 alza bandiera (previsto insegnamento inno nazionale)

ORE 08:10 PREPARAZIONE ATLETICA (GINNASTICA-CORSA LEGGERA)

ORE 08:45 COLAZIONE

ORE 09:00 IGIENE PERSONALE- PULIZIA TENDA-SACCHI A PELO

ORE 09:30 INIZIO ATTIVITA' SCUOLA VELA

ORE 12:15 PRANZO-PAUSA

ORE 14:15 INIZIO ATTIVITA' SCUOLA VELA

ORE 17:00 FINE ATTIVITA' VELA

Estensione formula tenda-vela

**ORE 18:00** ATTIVITA' RICREATIVA- GIOCO

**ORE 19:00** CENA

**ORE 20:15** SVAGO GIOCHI DI GRUPPO- FILM- STORIE E ANIMAZIONE ATTORNO AL FUOCO- SE SARA' POSSIBILE TUFFO IN PISCINA

**ORE 21 / 22** RIPOSO

### GIORNATA ESCURSIONE

VISITA AL CASONE CON PRANZO AL SACCO  
DALLE 09:30-13:00

