

C.M.M.
Nazario Saurò



CORSI ESTIVI 2021

TENNIS • KAYAK

• CANOA POLO •

CANOTTAGGIO

#summer #sport #friends

#friends



CORSO TENNIS + CANOA

C. M. M. NAZARIO SAURO • ASD
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
Ente Morale e Stella d'Oro al Merito Sportivo

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Ragazzi e ragazze nati tra il 2008 e il 2012

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura 2 settimane, ed è ripetibile

QUANDO INIZIA IL CORSO?

I corsi iniziano il 14 giugno e terminano al 3 settembre.

Le date di inizio dei singoli corsi sono:

14 giugno - 28 giugno - 12 luglio - 26 luglio - 9 agosto - 23 agosto

QUANDO SI SVOLGE IL CORSO?

Da lunedì a venerdì, dalle 8 alle 13

Coerentemente alle direttive sanitarie anti-contagio non possiamo far entrare i genitori e gli accompagnatori in Sede e ai campi da tennis, pertanto invitiamo tutti alla puntualità:

h 8 in Viale Miramare 107

davanti al portone dei nostri campi da tennis

h 13 in viale Miramare 40

davanti all'ingresso della nostra Sede

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Giocano a tennis per 2 ore (h 8-10), poi fanno una pausa di 30 minuti con brioches fornita dal bar, alla quale seguono 2 ore di canoa con e senza palla (h 10.30-12:30)

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano il Corso 220 euro; i non Soci pagano il Corso 230 euro più 15 euro d'iscrizione



CORSI CANOA

Kayak + Canoa Polo

con gara, diploma
e medaglia di fine corso

CORSO PRINCIPIANTI

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Ragazzi e ragazze nati dal 2009 al 2012

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura 2 settimane

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Inizia il 14 giugno, fino al 25 giugno

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

I ragazzi si allenano da lunedì a venerdì dalle
8.30 alle 12.30

AFFILIATO • FICK
PER PRENOTARE
tel.040412327 o 3896429468

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Imparano ad andare in kayak da velocità ed ad effettuare i primi tiri in porta in canoa polo, con istruttori qualificati presso la Federazione Italiana Canoa Kayak.

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano il Corso 160 euro; i non Soci pagano il Corso 180 euro più i 15 euro d'iscrizione

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI IN CONSEGUENZA DELLE CONDIZIONI METEO O DEGLI IMPEGNI AGONISTICI DEGLI ISTRUTTORI.



CORSI CANOA

Kayak + Canoa Polo

con gara, diploma
e medaglia di fine corso

CORSO PERFEZIONAMENTO "PRIMA GARA"

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Ragazzi e ragazze nati dal 2008 al 2012 che hanno frequentato il Corso Principianti o il corso "TENNIS +CANOA" del 14.6.21

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura 10 settimane

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Inizia il 28 giugno, fino al 27 agosto

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Gli allievi si allenano da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 12.30

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Sperimentano la pratica agonistica del kayak, con la possibilità di partecipare a una gara di canoa e a una partita di canoa polo, con istruttori qualificati presso la Federazione Italiana Canoa Kayak

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano 310 euro e i non Soci pagano 330 euro, oppure 80 euro a settimana

AFFILIATO • FICK
PER PRENOTARE
tel.040412327 o 3896429468

CORSO PERFEZIONAMENTO

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Ragazzi e ragazze nati dal 2008 al 2012 che hanno frequentato il Corso Principianti o il corso "TENNIS +CANOA" nel 2020

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura 10 settimane

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Inizia il 28 giugno, fino al 27 agosto

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Gli allievi si allenano da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 12.30

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Sperimentano la pratica agonistica del kayak, con la possibilità di partecipare a una gara di canoa ed a una partita di canoa polo, con istruttori qualificati presso la Federazione Italiana Canoa Kayak

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano 360 euro e i non Soci pagano 380 euro più 15 euro d'iscrizione, oppure 80 euro a settimana



#sport



CORSI CANOA Kayak + Canoa Polo

con possibilità
di sperimentare l'agonismo

AFFILIATO • FICK
PER PRENOTARE
tel.040412327 o 3896429468

C. M. M. NAZARIO SAURO • ASD
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
Ente Morale e Stella d'Oro al Merito Sportivo

CORSO PREAGONISMO

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Ragazzi e ragazze nati tra il 2009 e il 2012 che hanno frequentato nel 2020 il corso di perfezionamento/primagara

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura 13 settimane

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Il corso inizia il 14 giugno, fino al 2 settembre

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Da lunedì a venerdì dalle 8.00 alle 12.15

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci atleti pagano per il Corso 240 euro, i non Soci pagano 250 euro più 15 euro d'iscrizione (il costo di questo corso è stata calcolato prevedendo già le assenze causate delle ferie famigliari durante le 13 settimane)

...E IN AUTUNNO?

Chi vuole può continuare con il Corso "CANOA GIOVANI"

CORSO CANOA GIOVANI

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Gli allievi che dimostreranno di possedere particolare interesse e predisposizione, dopo aver frequentato il Corso per PRINCIPIANTI e di PERFEZIONAMENTO, potranno continuare l'attività nelle squadre giovanili di canoa

QUANTO DURA IL CORSO?

Il Corso dura da settembre a dicembre

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Il corso inizia il 30 agosto, fino al 31 dicembre

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Date ed orari ancora da definire

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci e i non Soci pagano 100 euro



CORSI per ADULTI KAYAK DA MARE

AFFILIATO • FICK
PER PRENOTARE
tel.040412327 o 3896429468

C. M. M. NAZARIO SAURO • ASD
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
Ente Morale e Stella d'Oro al Merito Sportivo

CORSO PRINCIPIANTI

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Adulti principianti e non in possesso del certificato medico sportivo non agonistico

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Dal 7 giugno

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Imparano a pagaiare tramite 6 escursioni in kayak lungo la costa tra Piazza Unità d'Italia e Miramare

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

È possibile scegliere fra due piani:

Infrasettimanale

Lunedì, mercoledì e venerdì, h 18-20, per 2 settimane

Weekend

Venerdì h 18-20, sabato h 9-11, per 3 settimane

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano per il Corso 110 euro, i non Soci pagano 130 euro più 15 euro d'iscrizione

CORSO PERFEZIONAMENTO

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Adulti che hanno partecipato al corso principianti

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura da giugno a settembre (sospensione nella settimana di Ferragosto)

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Da definire in base alle prescrizioni

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Uscite con accompagnatore per migliorare la pagaiata e per mantenersi in forma

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Il martedì e il giovedì nell'orario 18 - 19.30

QUANTO COSTA IL CORSO?

Da definire

POSSIBILITÀ DI ALTRI CORSI IN GIORNATE E ORARI DIVERSI IN BASE ALLE RICHIESTE PERVENUTE



CORSI di CANOTTAGGIO

con mini-regata
e diploma di fine corso

AFFILIATO • FIC
PER PRENOTARE
tel.040412327 o 3896429468

C. M. M. NAZARIO SAURO • ASD
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
Ente Morale e Stella d'Oro al Merito Sportivo

CORSO PRINCIPIANTI

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Ragazzi e ragazze di età fra i 9 e i 13 anni (2008-2012)

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura 1 settimana

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Il corso inizia il 14 giugno, fino al 13 agosto

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

I ragazzi si allenano da lunedì a venerdì dalle 9 alle 12

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Lezioni teoriche e pratiche di canottaggio a terra e in mare, attività motoria e giochi sotto la supervisione di personale qualificato presso la Federazione Italiana di Canottaggio. È obbligatorio saper nuotare

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano il Corso 100 euro; gli altri pagano il Corso 100 euro ai quali si aggiungono 15 euro d'iscrizione; riduzioni di 10 euro per i fratelli o per più turni o per enti convenzionati

...E IN AUTUNNO?

Chi vuole può continuare con il Corso "PERFEZIONAMENTO"

CORSO PERFEZIONAMENTO

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Gli allievi e le allieve che dimostreranno particolare interesse e predisposizione potranno continuare l'attività iscrivendosi nella squadra agonistica da settembre

QUANTO DURA IL CORSO?

Il Corso dura da settembre a dicembre

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Il corso inizia il 30 agosto, fino al 31 dicembre

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Date ed orari ancora da definire

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci e i non Soci pagano il Corso 100 euro

CORSO ADULTI

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Gli adulti principianti e non

QUANTO DURA IL CORSO?

Da definire

QUANDO INIZIA IL CORSO?

Da concordare

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Nel fine settimana

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Lezioni teoriche e pratiche di canottaggio a terra e in mare, uscite in barca

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano il Corso 165 euro; i non Soci pagano 180 euro

È POSSIBILE CONTINUARE DOPO?

Certamente: basta iscriversi al Circolo come soci e si può uscire in barca quando si vuole, anche da soli

CORSI di TENNIS

con mini-torneo
e diploma di fine corso

AFFILIATO • FIT

PER PRENOTARE

tel.040412327 o 3896429468

CORSO PRINCIPIANTI e PERFEZIONAMENTO

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

Ragazzi e ragazze nati tra il 2005 e il 2015, che saranno raggruppati in modo omogeneo rispetto all'età ed al livello sportivo (in base alle preiscrizioni)

QUANTO DURA IL CORSO?

Dura 2 settimane (con 8 lezioni da un'ora e mezza per un totale di 12 ore)

QUANDO INIZIA IL CORSO?

I corsi iniziano il 14 giugno

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Le lezioni si svolgono da lunedì a giovedì negli orari: 8.30-10 o 10-11.30 o 11.30-13

COSA FANNO ESATTAMENTE?

Imparano a giocare a tennis

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano il Corso 130 euro; gli altri pagano il Corso 150 euro ai quali si aggiungono 15 euro d'iscrizione

SE NON SI PUÒ GIOCARE?

Eventuali lezioni perse a causa del maltempo potranno essere recuperate di venerdì; eventuali lezioni perse a causa di motivi personali non verranno recuperate; è possibile accordarsi preventivamente con il Circolo per corsi pomeridiani

CORSO ADULTI

CHI PUÒ ISCRIVERSI?

4 adulti principianti e non

QUANTO DURA IL CORSO?

8 lezioni da un'ora e mezza per un totale di 12 ore

QUANDO SI SVOLGONO LE LEZIONI?

Orari da concordare

QUANTO COSTA IL CORSO?

I Soci pagano il Corso 130 euro; gli altri pagano il Corso 150 euro ai quali si aggiungono 15 euro d'iscrizione

LEZIONI INDIVIDUALI

10 ore di lezione = €350 + 15 iscrizione

E' possibile accordarsi preventivamente con il Circolo per periodi/orari/giornate diverse



I NOSTRI CORSI ESTIVI

IL CIRCOLO MARINA MERCANTILE È UN'ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA CHE DAL 1925 PROMUOVE L'AVVICINAMENTO DEI RAGAZZI AL MONDO DELLO SPORT E LO SPIRITO DI AGGREGAZIONE, CON TANTO DIVERTIMENTO ALL'ARIA APERTA, FORMANDO NEGLI ANNI OTTIMI ATLETI ED APPASSIONATI.

ISCRIZIONI

Per ulteriori informazioni, prenotazioni ed iscrizioni, rivolgersi alla SEGRETERIA telefonando al numero:

+39.040.412327
da lunedì a venerdì h 9-13

oppure scrivendo all'email
SEGRETERIA@CIRCOLOMARINAMERCANTILE.IT

Informazioni e prenotazioni preferibilmente via telefono o email. Iscrizioni e documentazione obbligatoria preferibilmente via email. Se ciò non fosse possibile riceveremo di persona SOLO SU APPUNTAMENTO onde evitare assembramenti in sede.

DOCUMENTI

Al momento dell'iscrizione i partecipanti dovranno presentare via email il modulo d'iscrizione compilato in ogni sua parte (fronte e retro), il certificato medico per attività sportiva non agonistica (o agonistica), una foto, l'autodichiarazione anticovid ai fini della tracciabilità, un acconto.

PAGAMENTI

Preferibilmente via bonifico bancario
IBAN IT77W0200802213000005310176

RIDUZIONI

Sconto fratelli: €10 sul 2° e 3° figlio.
Convenzioni: è prevista una riduzione di €10 per gli iscritti di alcuni circoli o enti convenzionati.
Gli sconti non sono cumulabili.

TUTTE LE ATTIVITÀ SARANNO REALIZZATE NEL PIENO RISPETTO DELLE INDICAZIONI GOVERNATIVE SULLA SICUREZZA A CAUSA DELL'EMERGENZA SANITARIA, SONO PREVISTI PICCOLI GRUPPI CON LA MASSIMA ATTENZIONE NELL'OSSERVAZIONE DEL DISTANZIAMENTO DI SICUREZZA. I POSTI SONO LIMITATI PER RISPETTARE TUTTE LE INDICAZIONI GOVERNATIVE PER LA SICUREZZA DI TUTTI! PRENOTAZIONI ESCLUSIVE PER I SOCI FINO AL 24 MAGGIO. APERTURA ISCRIZIONI PER TUTTI DAL 24 MAGGIO!

OCCORRENTE

Scarpe da ginnastica, calzini di cotone, pantaloncini corti, t-shirt, cappellino, felpa, kway, costume da bagno, ciabatte da mare, telo mare, crema solare protettiva, borraccia, un cambio di tutto.
Racchette da tennis e giubbotti salvagente sono forniti dal Circolo.

Attenzione

Non verranno accolti ragazzi sprovvisti di certificato medico sportivo non agonistico o agonistico e della autodichiarazione anti covid.

L'organizzazione dei corsi prevede sia un numero minimo che massimo di iscritti.
Il programma di tutti i corsi descritti in questo depliant potrebbe subire variazioni in conseguenza delle condizioni meteo o degli impegni agonistici degli istruttori.

Per gli adulti c'è la possibilità di altri corsi in giornate e orari diversi in base alle richieste.

La merenda deve essere personale e portata da casa e la bibita con borraccia personale (o bottiglia di plastica con nome).

SEGUIRE TUTTI I PROTOCOLLI DI SICUREZZA ANTI CONTAGIO COVID CHE VI VERRANNO CONSEGNATI E LE LINEE GUIDA RIPORTATE NELL'ULTIMA PAGINA DI QUESTO DEPLIANT.

Questo depliant è da considerarsi non definitivo ma in fase di aggiornamento; potete trovare la versione più aggiornata sul nostro sito al link:

**[WWW.CIRCOLOMARINAMERCANTILE.COM/
CORSI-ESTIVI/](http://WWW.CIRCOLOMARINAMERCANTILE.COM/CORSI-ESTIVI/)**

#covidfree

LINEE GUIDA ANTICONTAGIO COVID obbligatorie per legge per tutti i corsi

L'organizzazione dei corsi quest'anno prevede una serie di precauzioni per la tutela della vostra salute.

Riceveremo di persona solo su appuntamento onde evitare assembramenti in luogo chiuso. Il numero massimo di iscritti sarà molto ridotto: siamo spiacenti di non poter accontentare tutti. Verranno consegnati i protocolli di Sicurezza anti contagio COVID da leggere e seguire attentamente.

Dovranno essere consegnati al momento dell'iscrizione:

- **CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA**
OBBLIGATORIO PER LEGGE: non verranno accolti ragazzi che non l'hanno mandato prima via email (si accettano anche certificati medici per attività agonistica purchè in corso di validità)
- **AUTODICHIARAZIONE:** compilare e firmare l'autodichiarazione che vi verrà mandata via email (o che trovate sul nostro sito www.circolomarinarmercantile.com) e consegnarla via email al momento dell'iscrizione.

Genitori/parenti/accompagnatori: non possono entrare in sede e al tennis, non si può arrivare mezz'ora prima dell'inizio o restare dopo la fine delle lezioni nelle aree del Circolo.

**ENTRARE INDOSSANDO MASCHERINA,
TOGLIERLA SOLO QUANDO GLI ISTRUTTORI**

**DARANNO IL PERMESSO E MANTENERE LA
DISTANZA DI SICUREZZA DI ALMENO 1 METRO.**

I ragazzi dovranno arrivare al circolo già vestiti per l'attività sportiva poichè non si possono usare gli spogliatoi, dovranno riporre le proprie cose nello zaino personale e lasciarlo dove gli verrà indicato; la merenda personale dovrà essere portata da casa assieme a una bibita con borraccia personale (o bottiglia di plastica con indicato il nome dell'allievo).

**È NECESSARIO DISINFETTARE LE MANI OGNI
VOLTA CHE È POSSIBILE CON L'APPOSITO GEL
MESSO A DISPOSIZIONE IN DIVERSI PUNTI DEL
CIRCOLO.**



SEDE
VIALE MIRAMARE 40/A
CAMPI DA TENNIS
VIALE MIRAMARE 107

SEGRETERIA
+39.040.412327
EMAIL
SEGRETERIA@CIRCOLOMARINAMERCANTILE.IT
SITO
WWW.CIRCOLOMARINAMERCANTILE.IT