



CIRCOLO MARINA MERCANTILE "NAZARIO SAURO" A.S.D.

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

STELLA D'ORO AL MERITO SPORTIVO

ENTE MORALE

dal 16 giugno al 5 settembre

CORSI ESTIVI 2025

● TENNIS ● KAYAK ●

● CANOA POLO ●

● CANOTTAGGIO ●

#sport

#summer

#sea

#sport



CORSO SPORT CAMP

AFFILIATO • FICK • FIC • FITP

PER PRENOTARE

tel. 040 412327 - 388 3596179
segreteria@circolomarinarmercantile.it

PARTECIPANTI

Ragazzi e ragazze nati tra il 2012 e il 2017.

PERIODO DEI CORSI

Dal 16 giugno al 25 luglio.

DURATA DEL CORSO

1 settimana (ripetibile),

da lunedì a venerdì,
dalle 8:30 alle 16:30.

Possibilità di preaccoglimento alle ore 8:00.

Si raccomanda la puntualità.

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

8:30-9:00 accoglimento

9:00-10:30 CANOA KAYAK

10:30-11:00 merenda (portata da casa)

11:00-12:30 CANOA POLO o CANOTTAGGIO

13:00-14:00 pranzo

14:00-16:00 TENNIS

16:00-16:30 uscita

COSTO DEL CORSO

Il costo di 1 settimana è:

185 euro per i Soci;

200 euro per i non soci;

+3 euro per tesseramento FICK.

Riduzione di 10 euro per i fratelli e per gli iscritti ad alcuni circoli o enti convenzionati. Questi sconti non sono cumulabili.

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



CORSI di CANOA kayak e polo

AFFILIATO•FICK

PER PRENOTARE

tel. 040 412327 - 388 3596179
segreteria@circolomarinamercantile.it

CORSO PRINCIPIANTI

PARTECIPANTI

Ragazzi e ragazze nati tra il 2012 e il 2017.

PERIODO DEI CORSI

Dal 16 giugno fino al 25 luglio

DURATA DEL CORSO

A scelta da 1 fino a 6 settimane

da lunedì a venerdì dalle 8:30 alle 12:30.

8:30-9:00 accoglimento

9:00-10:30 CANOA KAYAK

10:30-11:00 merenda (portata da casa)

11:00-12:30 CANOA POLO

Possibilità di preaccoglimento dalle 8 e di aggiungere il pranzo fino alle 14.

PROGRAMMA

I ragazzi imparano ad andare in kayak e a passare e tirare la palla in canoa polo, con istruttori qualificati della Federazione Italiana Canoa Kayak.

COSTO DEL CORSO

Solo mattina 8:30 -12:30

1a settimana 64 euro +16 euro iscrizione
+3 € di tesseramento FICK;

2a settimana 70 euro;

3a settimana 65 euro;

4a settimana 60 euro;

5a settimana 55 euro;

6a settimana 50 euro;

con pranzo 8:30 - 14

1a settimana 139 euro +16 euro iscrizione
+3 € di tesseramento FICK;

2a settimana 145 euro;

3a settimana 140 euro;

4a settimana 135 euro;

5a settimana 130 euro;

6a settimana 125 euro;

Riduzione di 10 euro per i fratelli. Riduzione di 5 euro per gli iscritti ad alcuni circoli o enti convenzionati. Questi sconti non sono cumulabili.

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



CORSI di CANOA KAYAK DA MARE

per ADULTI

AFFILIATO • FICK • FIC

PER PRENOTARE

tel. 040 412327 - 388 3596179

segreteria@circolomarinarmercantile.it

CORSO

PRINCIPIANTI ADULTI

PARTECIPANTI

Adulti principianti.

PERIODO DEI CORSI

Tra maggio e settembre, ancora da definire.

DURATA DEL CORSO

È possibile scegliere fra due piani:

Infrasettimanale

Lunedì, mercoledì e venerdì, dalle 18:00 alle 20:00,
per 2 settimane.

Fine settimana

Sabato e domenica dalle 9:00 alle 11:00, per 3
settimane.

PROGRAMMA

L'obiettivo del corso è di insegnare le basi della tecnica di pagaia e quella relative alla sicurezza in mare, attraverso delle uscite guidate tra Miramare e piazza Unità con anche (mare permettendo) l'entrata in canale di Ponterosso per una vista inedita del centro cittadino dall'acqua.

COSTO DEL CORSO

130 euro Soci, 140 euro convenzionati, 150
euro non Soci

+ 8 euro per tesseramento FICK per tutti.

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

Alla fine di questi corsi è possibile continuare iscrivendosi al Circolo come Soci, uscendo in barca quando si vuole, in gruppo od individualmente, o allenandosi in palestra con i simulatori.

CORSI di TENNIS

AFFILIATO • FITP
PER PRENOTARE
tel. 040 412327 - 388 3596179
segreteria@circolomarinamercentile.it

CORSO per **RAGAZZI** PRINCIPIANTI e PERFEZIONAMENTO

PARTECIPANTI

Ragazzi e ragazze nati tra il 2007 ed il 2018, che saranno raggruppati in modo omogeneo rispetto all'età e al livello (in base alle preiscrizioni).

PERIODO DEI CORSI

I corsi iniziano il 16 giugno.

DURATA DEL CORSO

2 settimane.

Dal lunedì al giovedì 10:00-11:15 o 11:15-12:30

(8 lezioni da un'ora e un quarto per un totale di 10 ore).

COSTO DEL CORSO

1° corso: 135 euro per i Soci, 150 euro per i non Soci,

+ 15 euro d'iscrizione per tutti + 4/13€ tesseramento FITP.

2° corso: 125 euro per i Soci, 140 euro per i non Soci

Eventuali lezioni perse a causa del maltempo potranno essere recuperate di venerdì; eventuali lezioni perse a causa di motivi personali dell'allievo non verranno recuperate.

CORSO per **ADULTI**

PARTECIPANTI

I maggiorenni.

PERIODO DEI CORSI

Da maggio a settembre, orari da concordare.

DURATA DEL CORSO

10 lezioni da un'ora.

CORSO per RAGAZZI

PARTECIPANTI

Ragazzi e ragazze nati tra il 2012 e il 2017.

PERIODO DEI CORSI

Dal 16 giugno fino al 25 luglio

DURATA DEL CORSO

A scelta da 1 fino a 6 settimane da lunedì a venerdì dalle 14:00 alle 16:30. Possibilità di aggiungere il pranzo dalle 13.

COSTO DEL CORSO

Solo tennis 14:00 -16:30

1a settimana 64 euro +16 euro iscrizione

+3 € di tesseramento FICK;

2a settimana 70 euro;

3a settimana 65 euro;

4a settimana 60 euro;

5a settimana 55 euro;

6a settimana 50 euro;

con pranzo 13:00 – 16:30

1a settimana 139 euro +16 euro iscrizione

+3 € di tesseramento FICK;

2a settimana 145 euro;

3a settimana 140 euro;

4a settimana 135 euro;

5a settimana 130 euro;

6a settimana 125 euro;

Riduzione di 10 euro per i fratelli. Riduzione di 5 euro per gli iscritti ad alcuni circoli o enti convenzionati. Questi sconti non sono cumulabili.



#iscrizioni

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

INFORMAZIONI

Per ulteriori informazioni, prenotazioni ed iscrizioni, rivolgersi alla SEGRETERIA telefonando ai numeri

+39 3883596179 - 040.412327 nei seguenti orari:

da lunedì a venerdì 10:00 - 12:30;
+ martedì e giovedì 16:00 - 18:00;

oppure scrivendo all'email
segreteria@circolomarimercantile.it .

Informazioni e prenotazioni preferibilmente via telefono o e-mail; iscrizioni e documentazione obbligatoria preferibilmente via e-mail.

DOCUMENTI

Al momento dell'iscrizione i partecipanti dovranno presentare via e-mail il modulo di iscrizione compilato in ogni sua parte (fronte e retro) e firmato da entrambi i genitori, il certificato medico per attività sportiva non agonistica, una foto, un acconto. Il saldo dovrà essere effettuato una settimana prima dell'inizio del corso.

È obbligatorio per legge il certificato medico per attività sportiva non agonistica, in alternativa va bene anche il certificato agonistico già fatto per un altro sport, purché in corso di validità.

Non verranno accolti i ragazzi sprovvisti di tali documenti.

PAGAMENTI

Preferibilmente via bonifico bancario al seguente IBAN UNICREDIT:
IT77W0200802213000005310176

RIDUZIONI

Sconto fratelli: - 10 euro per il 2° e il 3° figlio.
Convenzioni: su alcuni corsi è prevista una riduzione di 10 euro per gli iscritti ad alcuni circoli o enti convenzionati.
Gli sconti non sono cumulabili.

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

L'organizzazione dei corsi prevede sia un numero minimo che massimo di iscritti al fine di garantire la qualità delle attività offerte.

Il programma di tutti i corsi descritti in questo dépliant 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.

QUESTO DÉPLIANT È DA CONSIDERARSI NON DEFINITIVO MA IN FASE DI AGGIORNAMENTO; POTETE TROVARE LA VERSIONE PIÙ AGGIORNATA SUL NOSTRO SITO AL LINK:

www.circolomarimercantile.com/corsi-estivi/

APERTURA ISCRIZIONI

per SOCI dal 19 MAGGIO

-

NON SOCI dal 22 MAGGIO

#cmm

IL CIRCOLO

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.

Per la tutela della salute dei nostri ragazzi, dovrà essere consegnato al momento dell'iscrizione il CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA obbligatorio per legge: non verranno accolti ragazzi che non l'abbiano mandato prima via e-mail (si accettano anche certificati medici per attività agonistica purché in corso di validità).



Genitori, parenti e accompagnatori sono invitati a:

- non presentarsi con eccessivo anticipo prima dell'inizio delle lezioni;
- non rimanere nelle sedi del Circolo durante l'orario delle lezioni;
- presentarsi puntuali al ritiro dei ragazzi alla fine delle lezioni;
- non permanere nelle sedi del Circolo dopo l'orario delle lezioni.

CANOA
VERSUS
CANOTTAGGIO

LE 5 PRINCIPALI DIFFERENZE

WWW.SURFCRUISE.IT

 Il canoista va in canoa	 Il canottiere va in barca
Il canoista è rivolto verso la direzione di marcia	Il canottiere è di spalle alla direzione di marcia
Il canoista usa una pagaia con una o due pale	Il canottiere usa uno o due remi.
La pagaia è libera nelle mani del canoista	I remi sono vincolati negli scalmi.
Il canoista è su una seduta fissa o in ginocchio	Il canottiere è seduto su un seggiolino scorrevole



CIRCOLO MARINA MERCANTILE "NAZARIO SAURO" A.S.D.

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
STELLA D'ORO AL MERITO SPORTIVO
ENTE MORALE

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

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI CORSI
388 3596179 - 040 412327

SEGRETERIA
040 412327
EMAIL
SEGRETERIA@CIRCOLOMARINAMERCANTILE.IT
SITO
WWW.CIRCOLOMARINAMERCANTILE.COM