

Ciao a tutti e ben tornati.

La nuova stagione stagione è alle porte e qui di seguito potrai consultare le tabelle con orari e giornate di tutti i corsi SMA L 2023-2024: per bambini, ragazzi e adulti. Anche quest'anno potrai contare sui **corsi monosettimanali** – 1 ora ogni sabato per chi pratica già un altro sport o come ora integrativa – e sui corsi di Ginnastica per i più piccoli nella **nuova palestra di Bertiole**. Abbiamo inoltre l'intenzione di introdurre durante l'anno delle **nuove attività rivolte ad adulti e ragazzi/e**:

- **Il torneo SMA L Ball, un divertentissimo gioco mai visto prima**
- **Il Winter Campus SMA L, altre sette giornate di sport per rivivere, anche quest'inverno, tutte le fantastiche esperienze estive**
- **I corsi adulti mattutini**

Ma di questo vi aggiorneremo nelle prossime settimane.

La stagione sportiva sarà caratterizzata anche da un importante cambiamento:

La Riforma dello Sport (D.Lgs. n. 36/2021)

Gli allenatori SMA L da luglio 2023 non sono più solo "collaboratori" ma sono diventati a tutti gli effetti **Lavoratori Sportivi** secondo norma di legge. Una riforma epocale e tanto attesa che riconosce a questa professione la giusta dignità. Un cambiamento che però significa anche aumento dei costi di gestione (inps, inail, buste paga, servizi contabili, ecc). Sebbene parte di questi costi siano coperti dagli sponsor abbiamo dovuto ritoccare anche un po' le quote che non subivano aumenti da tre anni (**vedi allegato Quote**).

Un inizio del tutto inaspettato...

Infine ricordiamo che il violento nubifragio del 24 luglio scorso ha interessato anche le nostre strutture provocando tra gli altri grossi danni al tetto della palestra di Lestizza rendendola inagibile. Ci auguriamo che il Comune possa intervenire in tempo per l'inizio dei corsi. **Al momento le date non le abbiamo modificate. Vi terremo aggiornati qualora dovessero subire dei ritardi o cambio palestra.**

Per questa stagione sportiva è tutto, a presto e grazie ancora per la fiducia! ;)

Paolo Lucidi
Presidente SMA L

INFO CORSI GINNASTICA

STAGIONE SPORTIVA 2023/2024

Necessario per l'iscrizione

- 1) **CERTIFICATO MEDICO VALIDO:** non è richiesto alcun certificato sotto i 6 anni e tra i 6 e 8 anni il certificato è non agonistico. Per tutti gli altri consultare la tabella in fondo. Prendetevi un paio di mesi di anticipo per il rinnovo per evitare di saltare lezioni. Inoltre chi dovrà fare quello agonistico lo potrà fare gratuitamente SOLO con il nostro modulo "Richiesta Visita Medica Agonistica SMaL", chiedilo a Francesca. Una volta ottenuto inviaceli a ginnasticasmal@gmail.com
Strutture convenzionate SMaL con prezzi agevolati:
Medicus a Pesian di Prato tel 0432548991 – Punto Salute a Codroipo tel 04321452800
- 2) **REGISTRAZIONE E REGOLAMENTO:** solo per i nuovi iscritti. Collegati a questo indirizzo, <https://ginnasticasmal.com/1896-2/>, basta un minuto. Inviaci la copia del Regolamento firmato a ginnasticasmal@gmail.com
- 3) **PAGAMENTO PRIMA RATA** (vedi Allegato Quote)

Scontistica. E' previsto uno sconto del 20% per le famiglie che hanno più figli iscritti alla SMaL oltre al primo. La riduzione si applica soltanto sulla terza rata -non prima- e se le precedenti due sono state pagate.

La quota comprende.

- Tesseramento federale e copertura assicurativa
- Maglietta societaria
- Badge societario
- Uso dell'impianto sportivo e delle sue attrezzature

A noi permette invece di pagare la concessione della palestra, il riscaldamento, le pulizie, alcune trasferte, attrezzature e manutenzione, la retribuzione di tecnici e professionisti.

Invece non comprende: Iscrizioni alle gare, body e tuta degli agonisti richiesti dalla Federazione e quanto sopra non specificato

Entro quando

01 Settembre > per chi comincia subito, senza partecipare agli Open Days

27 Settembre > per chi vuole prima provare partecipando agli Open Days

Solo in questo modo potremo assicurare gli atleti tramite il tesseramento.

Senza questi requisiti, purtroppo, dovremo rimandare l'ingresso in palestra.

Open Days

Per chi vuole provare prima di iscriversi potrà partecipare ai nostri **OpenDays**: non serve il certificato medico o prenotarsi, basta presentarsi agli orari e nelle sedi indicate. Per motivi assicurativi non sarà possibile fare altre prove successivamente.

OPEN DAYS LESTIZZA	GIORNATE		
	13 Settembre - 20 Settembre - 27 Settembre		
	ORARI	PARTECIPANTI	ANNO DI NASCITA
PRIMO TURNO	17:00-17:45	GIOCOSPORT	2018 e 2019
SECONDO TURNO	17:45-18:30	PICCOLI ARTISTICA FEMMINILE E MASCHILE	2017-2012
TERZO TURNO	18:30-19:15		
QUARTO TURNO	19:15-20:00	GRANDI ARTISTICA FEMMINILE E MASCHILE	2011 e più grandi

OPEN DAYS BERTIOLO	GIORNATE		
	14 Settembre - 21 Settembre		
	ORARI	PARTECIPANTI	ANNO DI NASCITA
PRIMO TURNO	17:45-18:30	PICCOLI ARTISTICA FEMMINILE E MASCHILE	2017-2016-2015
SECONDO TURNO	18:30-19:15	GRANDI ARTISTICA FEMMINILE E MASCHILE	2015-2014-2013

TABELLA CORSI SMaL e Certificati Medici

ARTISTICA FEMMINILE	2023-2024				
	ORARI	PALESTRA	1^ LEZIONE SENZA OPENDAY	1^ LEZIONE DOPO OPENDAY	CERTIFICATO
AVVIAMENTO	MAR-GIO 16:45-17:45	EX-SCUOLA S.MARIA	05/09/2023	03/10/2023	NON AGONISTICO
OPEN	MAR-GIO 18:45-19:45	EX-SCUOLA S.MARIA	05/09/2023	03/10/2023	NON AGONISTICO
ALLIEVE	MER-VEN 16:45-17:45	PALESTRA LESTIZZA	06/09/2023	04/10/2023	NON AGONISTICO
JUNIOR	MER-VEN 17:45-19:15	PALESTRA LESTIZZA	06/09/2023	04/10/2023	AGONISTICO
SENIOR	MER-VEN 19:15-20:45	PALESTRA LESTIZZA	06/09/2023	04/10/2023	AGONISTICO
GAF + 1	LUN 16:45-18:15	PALESTRA LESTIZZA	04/09/2023	02/10/2023	AGONISTICO
	MER-VEN con orario JUNIOR o SENIOR				
GAF + 2	LUN 18:15-19:45	PALESTRA LESTIZZA	04/09/2023	02/10/2023	AGONISTICO
	MER-VEN con orario JUNIOR o SENIOR				
ALLIEVE SILVER	LUN-MER-VEN 16:45-18:45	PALESTRA LESTIZZA	28/09/2023		AGONISTICO
JUNIOR/SENIOR SILVER	LUN 18:00-20:00	PALESTRA LESTIZZA	28/09/2023		AGONISTICO
	MER-VEN 18:45-20:45				
SILVER +	LUN-MER-VEN con orario ALLIEVE SILVER o JUNIOR/SENIOR SILVER	PALESTRA LESTIZZA	28/09/2023		AGONISTICO
	SAB 14:30-16:30	EX-SCUOLA S.MARIA			
ALLIEVE/JUNIOR/SENIOR GOLD	COME DA COMUNICAZIONE				

ARTISTICA MASCHILE	2023-2024				
	ORARI	PALESTRA	1^ LEZIONE SENZA OPENDAY	1^ LEZIONE DOPO OPENDAY	CERTIFICATO
AVVIAMENTO	MAR-GIO 16:45-17:45	EX-SCUOLA S.MARIA	05/09/2023	03/10/2023	NON AGONISTICO
OPEN	MAR-GIO 18:45-19:45	EX-SCUOLA S.MARIA	05/09/2023	03/10/2023	NON AGONISTICO
ALLIEVI/JUNIOR/SENIOR	LUN-VEN 16:45-18:15	PALESTRA LESTIZZA	04/09/2023	02/10/2023	NON AGONISTICO
ALLIEVI/JUNIOR/SENIOR SILVER	LUN-MER 18:00-20:00	PALESTRA LESTIZZA	28/09/2023		AGONISTICO
	VEN 18:15-20:15				
ALLIEVI/JUNIOR/SENIOR GOLD	COME DA COMUNICAZIONE				

GIOSPORT	2023-2024				
	ORARI	PALESTRA	1^ LEZIONE SENZA OPENDAY	1^ LEZIONE DOPO OPENDAY	CERTIFICATO
CORSO UNICO	MAR-GIO 17:45-18:45	EX-SCUOLA S.MARIA	05/09/2023	03/10/2023	NON AGONISTICO

MONOSETTIMANALE	2023-2024				
	ORARI	PALESTRA	1^ LEZIONE SENZA OPENDAY	1^ LEZIONE DOPO OPENDAY	CERTIFICATO
GIOSPORT	SAB 11:00-12:00	EX-SCUOLA S.MARIA	09/09/2023	07/10/2023	NON AGONISTICO
OPEN	SAB 10:00-11:00	EX-SCUOLA S.MARIA	09/09/2023	07/10/2023	NON AGONISTICO

BERTIOLO	2023-2024				
	ORARI	PALESTRA	1^ LEZIONE SENZA OPENDAY	1^ LEZIONE DOPO OPENDAY	CERTIFICATO
AVVIAMENTO	LUN 16:45-17:45	PALESTRA BERTIOLO	04/09/2023	02/10/2023	NON AGONISTICO
	GIO 17:30-18:30				
ALLIEVE/I	MAR 17:30-18:30	PALESTRA BERTIOLO	05/09/2023	03/10/2023	NON AGONISTICO
	GIO 18:30-19:30				

CORSI ADULTI E BALLO COUNTRY	2023-2024			
	ORARI	PALESTRA	1^ LEZIONE	CERTIFICATO
GINNASTICA A CORPOLIBERO corso mattutino	LUN-MER 8:45-9:45	EX-SCUOLA S.MARIA	04/09/2023	NON AGONISTICO
GINNASTICA A CORPOLIBERO corso serale	MAR-GIO 19:45-20:45	EX-SCUOLA S.MARIA	05/09/2023	NON AGONISTICO
ACROBATICA E PREPARAZIONE FISICA PER ADULTI	LUN-MER 20:30-21:45	PALESTRA S.MARIA	04/09/2023	AGONISTICO
BALLO COUNTRY corso PRINCIPIANTI	GIO 21:00-22:00	EX-SCUOLA S.MARIA	28/09/2023	NON AGONISTICO
BALLO COUNTRY corso AVANZATO	MER 20:30-22:00	EX-SCUOLA S.MARIA	27/09/2023	NON AGONISTICO

Contatti

Se avete bisogno di altri chiarimenti contattateci pure:

- Tel 351 8354356 dal Lunedì al Venerdì dalle 15.00 alle 18.00 (Francesca)
- via mail a ginnasticasmal@gmail.com

Rimanete aggiornati anche tramite il nostro sito www.ginnasticasmal.com e la nostra pagina Facebook <https://www.facebook.com/ginnasticasmal>