



**PALLAinGRUPPO**

## **Castione della Presolana 2013**

### **PROGRAMMA**

#### **VENERDI 6 SETTEMBRE 2013**

- Ore 17,30 Ritrovo presso la Parrocchia Madonna della Misericordia (sagrato della chiesa)
- Ore 18,00 Partenza per Castione della Presolana
- Ore 19,30-19,45 Arrivo previsto a Castione presso l'Istituto San Celso – Via Risorgimento 42
- Ore 20,00 Cena

A seguire sistemazione in camera e serata con presentazione del weekend sportivo per ragazzi e genitori; a seguire gioco libero.

- Ore 22.45 Pillole di sport ... insieme prima di addormentarsi
- Ore 23,00 Ritiro nelle camere per la notte

#### **SABATO 7 SETTEMBRE 2013**

- Ore 07.30 Sveglia e igiene personale
- Ore 08.00 Colazione

##### **RAGAZZI**

- Ore 08.45 Ritrovo per trasferimento al campo di allenamento
- Ore 09.00-11.00 Allenamenti
- Ore 11.30 Rientro e doccia
- Ore 12.30 Pranzo
- Ore 13.45 Sistemazione camere
- Ore 14.45 Ritrovo per trasferimento al Campo di allenamento
- Ore 15.00-17.00 Allenamenti
- Ore 17.20 Rientro e doccia

##### **GENITORI**

- Ore 08.30 Ritrovo e partenza per una ... passeggiata chiacchierando di sport  
Rientro previsto ore 11.30
- Ore 11.30 A disposizione
- Ore 12.30 Pranzo
- Ore 13.45 Sistemazione camere
- Ore 14.45-16.30 Gara a squadre di "mini-orienteeing" per le vie di Castione
- Ore 16.30-17.30 Scambio di impressioni sulla esperienza svolta
- Ore 17.30 A disposizione

- Ore 17.50 Partenza per la S. Messa (ritrovo sul campo di calcio dell'Istituto)
- Ore 18.00 S. Messa presso Parrocchia di Sant'Alessandro
- Ore 20.00 Cena
- Ore 21.00 Serata insieme ... giocando ancora
- Ore 22.45 Pillole di sport ... insieme prima di addormentarsi
- Ore 23,00 Ritiro nelle camere per la notte

#### **DOMENICA 8 SETTEMBRE 2013**

- Ore 07.30 Sveglia e igiene personale
- Ore 08.00 Colazione
- Ore 08.45 Ritrovo per trasferimento al campo di allenamento
- Ore 09.00-11.00 Allenamenti (i genitori potranno assistere all'allenamento ... in un modo particolare)
- Ore 11.30 Rientro e doccia
- Ore 12.30 Pranzo
- Ore 13.30 Sistemazione camere
- Ore 16.00 Pillole di sport ... insieme prima di ripartire per Bresso
- Ore 17.00 Partenza per Bresso (con arrivo stimato per le ore 18.30-18.45)

N.B.: in caso di pioggia il programma subirà le necessarie modifiche pur mantenendo la stessa struttura

## **REGOLE PER UNA BUONA CONVIVENZA**

- Nei momenti liberi è possibile il gioco libero presso le strutture dell'Istituto San Celso, senza uscire dalla casa
- Mantenere sempre un comportamento educato e rispettoso delle persone e delle cose
- Alla sera, quando si rientra in stanza, ci si prepara, ci si mette a letto e si dorme
- Mantenere la puntualità per i diversi ritrovi (allenamenti, giochi, passeggiata, S.Messa, ...)
- 

## **RICORDARSI DI PORTARE**

- Federe e lenzuola o sacco-lenzuolo o sacco a pelo
- Scarpe comode per camminare (genitori)
- Abbigliamento sportivo
- K-way
- Felpa
- Cappellino
-