



U.S. ORIONE - RITIRO e PREPARAZIONE



Per i GENITORI - RITIRO SELVINO (BG) 31/08 - 4/09/2019

Anche quest'anno la Società ha deciso di organizzare il ritiro pre-campionato che si svolgerà a **SELVINO (BG)**, con base presso **l'Hotel Harmony** (www.harmonysuitehotel.it).

Il periodo va **dal 31 agosto al 4 settembre**, in **unico turno**:

- arrivo nella mattinata di **sabato 31/8** e termine dopo il pranzo di **mercoledì 4/9** in cui è prevista la partecipazione delle **due squadre di Giovanissimi U14 e U15 (2005 e 2006)**

Saranno come sempre presenti almeno due accompagnatori per squadra.

La quota di partecipazione ammonta a **€ 250,00** e prevede:

- pensione completa;
- merenda a base di frutta nel pomeriggio direttamente sul campo;
- il pranzo extra del mezzogiorno del giorno di partenza dei due turni;
- l'uso degli impianti sportivi;
- trasporto in pullman (andata e ritorno)

Ogni squadra avrà come **referente il proprio Dirigente** per tutte le informazioni, per l'adesione al ritiro e per la caparra, mentre il saldo finale andrà versato direttamente in Segreteria. Per informazioni e dettagli sulle giornate potrete rivolgervi a **Michele Ceci** che fa da punto di riferimento per la società. Si richiede una adesione in tempi stretti (per chi ha già le idee chiare) e comunque **non oltre la data del 10 giugno**. Si fa inoltre presente che, anche quest'anno, **la presenza al ritiro è ammessa solo per chi partecipa a tutta la durata del ritiro stesso, non saranno quindi di norma ammesse presenze legate solo al fine settimana o con andate e ritorni sfasati**. Per le partite amichevoli il programma dettagliato verrà stabilito a Selvino.

Resta inteso che il ritiro avrà ufficialmente termine solo dopo il pranzo dell'ultimo giorno in programma, e pertanto non sono previsti rientri anticipati di nessun tipo.

La caparra richiesta è di € 150,00 e verrà resa in caso di contingenti **debiti scolastici**, o in casi particolari da valutarsi volta per volta. La caparra potrà essere versata direttamente in Segreteria o con bonifico su Banca Intesa/Milano (IBAN IT36T0306909606100000119886).

Non è quest'anno prevista la **cauzione iniziale**. Resta ovviamente inteso che **qualora si verificano problematiche e/o danni da risarcire all'albergo ne saranno direttamente responsabili gli autori**. Nelle prossime settimane i referenti delle squadre vi contatteranno per le iscrizioni ed eventualmente per fornirvi ulteriori eventuali chiarimenti.

Chi lo desiderasse può contattare direttamente **Michele Ceci** o **Franco Michielin**, all'indirizzo orionegonismo@gmail.com e consultare il sito al link www.usorionemilano.it/eventi-orione/ritiro-2019/.

Il Presidente

Documenti necessari

Documento d'identità + Fotocopia tessera sanitaria + Certificati di vaccinazione

Notizie mediche relative a particolari stati di salute (indicare eventuali farmaci in uso e/o allergie a cibo, medicinali, etc.)

Orari di riferimento

- 8.00 Sveglia
- 8.15 Prima colazione
- 9.00 Partenza per il Centro Sportivo
- 9.30 – 11.30 Prima seduta giornaliera
- 11.45 – 12.45 Defaticamento
- 13.00 Pranzo e riposo in albergo
- 15.00 Partenza per il centro sportivo
- 15.30 – 18.00 Seconda seduta giornaliera e rientro in albergo
- 19.45 Cena e "libera uscita"
- 22.30 Orario ultimo per rientro in albergo
- 23.00 Ritirata nelle camere

U.S. ORIONE ASD

Sede legale, sede sociale e campo sportivo: Via Strozzi, 1 - 20146 Milano

Tel/Fax 02.42.30.313 - Info: us.orione@gmail.com Web: www.usorionemilano.it



U.S. ORIONE - RITIRO e PREPARAZIONE



Per gli ATLETI - RITIRO SELVINO (BG) 31/08 - 4/09/2019

Vi ricordiamo alcune **elementari regole di comportamento** da osservare durante il soggiorno.

- **RISPETTO** per le persone : tra di voi, verso gli accompagnatori, verso il personale dell'albergo, verso chi incontrate in giro per il paese.
- **RISPETTO** per le cose : trattate bene e con ordine il vostro abbigliamento e la vostra camera, non danneggiate o sporcate in alcun modo le camere e gli accessori dell'albergo.
- **PUNTUALITA'**: rispettate gli orari previsti (vedere scaletta di riferimento)
- **ABBIGLIAMENTO** : si ricorda che, anche nel tempo libero, l'abbigliamento deve essere quello societario (polo e tuta).
- **SICUREZZA E TRANQUILLITA'** ; quando siete fuori dall'albergo, se non accompagnati, dovete essere rintracciabili sul cellulare, che invece **NON** va portato sul campo di allenamento. Le camere dovranno restare aperte quando le abitate, in modo che gli accompagnatori possano in ogni momento avervi accesso.

Per qualsiasi esigenza, non chiedete direttamente al personale dell'hotel, ma rivolgetevi ad uno dei vostri accompagnatori.

Siamo sicuri che andrà tutto bene, ma sappiate che, nel caso così non fosse, di fronte ad un comportamento gravemente scorretto, il responsabile potrà essere allontanato dal ritiro (previa telefonata ai genitori perché lo vengano a prendere).

Convinti che non ce ne sarà mai bisogno, vi auguriamo un buon ritiro !

VESTIARIO CONSIGLIATO (POSSIBILMENTE SEGNATO)

Nel tempo libero sarà obbligatorio indossare la tuta e la polo sociale, quindi si invitano i partecipanti a NON portare indumenti "borghesi".

- 8 cambi completi (mutande, calze)
 - 1 polo US Orione + 2 polo comunque bianche per il tempo libero
 - 1 tuta e borsa da gioco US Orione
 - 8 magliette bianche o blu (inserendo preferibilmente quelle con il logo US Orione)
 - 1 paio calzoncini e calzettoni gara
 - 4 paia calzoncini e calzettoni allenamento
 - 2 tute lavoro sul campo in caso brutto tempo (colori liberi)
 - 1 giaccone sociale
 - 1 K-Way
 - 1 paio scarpe calcio a 13 per campo erba/sintetico (più 1 paio di scarpe a 6 da usare in caso di campo pesante)
 - 1 paio scarpe calcetto/tennis per riscaldamento/esercizi ginnici
 - 1 paio scarpe tennis per tempo libero
 - 1 paio ciabatte per doccia
 - 1 paio ciabatte per camera (la borsa verrà lasciata al campo)
 - 1 accappatoio
 - 1 pigiama
- borsa toilette (dentifricio, spazzolino, pettine, shampoo, doccia schiuma, fazzoletti ecc.)

Materiale per il tempo libero: Carte da gioco, giochi elettronici