



A.S.D. LIVENTINA

RITIRO PREPARAZIONE

STAGIONE 2021 - 2022

PIANCAVALLO (PN)

HOTEL "STELLA MONTIS" -VIA BARCIS, 22 – TELEFONO E FAX 0434 – 655383

IL RITIRO E' FISSATO DIRETTAMENTE AL PIANCAVALLO IN HOTEL ENTRO LE ORE 9:00 DEL MATTINO DEL GIORNO:

Lunedì 16 agosto per gli Allievi Elite U17 2005 e gli Allievi Sperimentali U16 2006

Sabato 21 agosto per i Giovanissimi Elite U15 2007 e i Giovanissimi Sperimentali U14 2008

IL RITIRO TERMINERA' DOPO L'ALLENAMENTO POMERIDIANO DELL'ULTIMO GIORNO:

Venerdì 20 agosto per gli Allievi Elite U17 2005 e gli Allievi Sperimentali U16 2006

Mercoledì 25 agosto per i Giovanissimi Elite U15 2007 e i Giovanissimi Sperimentali U14 2008

ABBIGLIAMENTO FORNITO DALLA SOCIETA' DA PORTARE

- **KIT ALLENAMENTO ESTIVO LEGEA** (*maglietta bianca - maglia verde maniche lunghe - pantaloncino nero - 2 paia di calzoncini, uno bianco e uno nero*);
- **TUTA da ALLENAMENTO LEGEA NERA**;
- **KIT RAPPRESENTANZA ESTIVO LEGEA** (*polo bianca-pantaloncino nero*);
- **TUTA DI RAPPRESENTANZA LEGEA VERDE**;
- **K-WAY LEGEA NERO**;
- **BORSONE LEGEA NERO**.

ABBIGLIAMENTO PERSONALE EXTRA DA PORTARE

- **minimo 5 MAGLIETTE BIANCHE** (*semplici t-shirt di cotone*), **minimo 2 PANTALONCINI NERI** e **minimo 6 paia di CALZETTONI DA GIOCO (3 BIANCHI E 3 NERI)** PER GLI ALLENAMENTI (*si utilizzeranno anche durante l'anno*);
- **1-2 MAGLIE TERMICHE A MANICHE LUNGHE** (*preferibilmente bianche o nere: sono un buon compromesso tra usare solo una maglietta e usare una felpa*);
- **CALZETTONI DA RIPOSO** (*da usare per il tempo libero*);
- **CAMBI DI BIANCHERIA INTIMA** (*uno per ciascuno dei 10 allenamenti*);
- **2 ACCAPPATOI o ASCIUGAMANI**;
- **2 PAIA DI CIABATTE** (*uno negli spogliatoi, uno in camera*);
- **1 PAIO di SCARPE DA GINNASTICA PER L'ALLENAMENTO e 1 PAIO PER IL TEMPO LIBERO** (*da usare anche in palestra*) + **1 PAIO DI SCARPE DA CALCIO** (*"usate", al fine di limitare le vesciche*) + **1 PAIO SCARPE DA CALCIO CON TACCHETTI IN ALLUMINIO/MISTI**;
- **PARASTINCHI**;
- **1 FELPA PER IL TEMPO LIBERO** (*"più pesante" in caso di cattivo tempo*);
- **NECESSARIO PER IGIENE PERSONALE**;
- **ZAINETTO (O SACCA)** per portare il materiale dall'hotel al campo/palazzetto;
- **MASCHERINA**.

IMPORTANTE

-E' obbligatorio contrassegnare tutto l'abbigliamento da allenamento (calzoncini compresi) con il proprio cognome (o iniziali) sulle etichette (o con un ricamo). Il terzo giorno manderemo a lavare il materiale da allenamento che i ragazzi hanno utilizzato, e ci verrà restituito per riutilizzarlo i giorni successivi.

-Portare oltre al borsone da calcio e allo zainetto/sacca non più di una borsa o trolley (evitare valigie!);

-E' consigliabile avere con sé documento di identità (o copia autenticata) e tessera sanitaria.

-Si prega di segnalare a mister e accompagnatori eventuali allergie e/o intolleranze alimentari, oltre che eventuale necessità di un passaggio in pulmino per l'andata e/o il ritorno.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: € 250,00 a ragazzo, da versare prima della partenza oppure il giorno dell'arrivo alla signora Loredana, la quale sarà presente in Piancavallo.