



Primagym nasce con l'intento di **creare un luogo di condivisione, educazione e crescita.**

Proponiamo corsi che spingano gli allievi di **tutte le età** a trovare, attraverso l'attività sportiva, **una casa in cui imparare sempre e divertirsi.**

La **ginnastica ritmica** è una disciplina ricca: migliora l'elasticità muscolare, la tonicità e la resistenza, ma soprattutto dà la possibilità di utilizzare piccoli attrezzi attraverso i quali ogni allievo può **esprimersi liberamente.** Questa disciplina olimpica è profondamente multiforme: **si adatta alle capacità e alle volontà** dei ginnasti in maniera totalizzante.

L'obiettivo di Primagym e del suo Staff è di proporre una disciplina sportiva che motivi e appassioni sempre di più gli allievi, affinché lo sport diventi **una necessità e una sfida personale** che possa costruire e rafforzare, passo dopo passo, l'autostima.

INFORMAZIONI UTILI SUI CORSI

- Il saldo dei pagamenti dovrà pervenire entro le seguenti date:
 - **I trimestre entro il 01/10**
 - **II trimestre entro il 07/01**
 - **III trimestre entro il 07/04**
- Le lezioni seguiranno il calendario scolastico con le relative festività.

REGOLAMENTO ATLETI e FAMIGLIE

La *ginnastica ritmica* e la *danza* sono discipline molto formative per gli allievi.

Gli atleti, fin da piccoli, imparano a rispettare alcune regole di convivenza: mantenere il silenzio, attendere i compagni, avere pazienza nei confronti del gruppo e degli insegnanti, ascoltare le indicazioni date. Diventa di fondamentale importanza entrare in comunicazione con gli allenatori per comunicare i propri bisogni e le proprie esigenze.

In questo sport entrano in gioco molte dinamiche evolutive: gli atleti creano relazioni, amicizie, cercano supporto, rinforzo positivo e, allo stesso tempo, entrano in competizione. La ginnastica forma e plasma i caratteri degli atleti: li rende più forti di fronte alle frustrazioni che si presenteranno negli anni della loro crescita, pertanto, potranno trovare sempre un luogo sicuro in cui essere autentici e se stessi in palestra.

La nostra Mission è finalizzata a creare una comunicazione efficace tra allievi, Staff, insegnanti e famiglie. Di fronte a problematiche di qualsiasi natura, siamo disposti a comprendere le singole esigenze per affrontarle nel modo più consono.

Qui di seguito, elenchiamo alcune **INDICAZIONI PRATICHE** da seguire che agevolano il lavoro dello Staff e degli atleti iscritti:

- **Non è consentito agli accompagnatori sostare nelle aree di lavoro ed assistere alle lezioni;**
- Si chiede **massima puntualità e costanza nella partecipazione** alle lezioni salvo imprevisti o situazioni da comunicare tempestivamente alla Direzione;
- È gradita la **comunicazione di eventuali** assenze alle lezioni agli insegnanti;
- Per la pratica **l'abbigliamento deve essere comodo e aderente (body e/o leggins, calze di spugna/mezzepunte);**
- **E' FONDAMENTALE raccogliere i capelli** (coda, chignon, treccia) e non avere ciuffi davanti agli occhi;
- È consigliato non allenarsi con gioielli, orecchini, orologi;
- È necessario mantenere il più possibile il silenzio per agevolare le lezioni;
- Quando si entra in palestra, dopo esserci cambiati, si aspetta l'inizio dell'allenamento in silenzio e seduti.

Il Presidente

Grazie per la collaborazione!



