

Dal 15 giugno ad apertura scuole
agosto incluso

aggiornamento
25
giugno

estate VERDE 2020



**Un'estate di sport,
giochi e divertimento**

PER BAMBINI E RAGAZZI

dai 3 ai 15 anni

organizzati in gruppi
per fasce di età

PRANZO E MERENDA
A CURA DEL

ristorante interno

CENTRO ESTIVO SPORTIVO



Estate **PICCOLI**

3 - 4 anni



dal 29 giugno

Per bambini nati nel 2016 e nel 2017

I gruppi dei piccoli sono seguiti da animatori qualificati con un rapporto di 6 a 1. Hanno il loro campo base in uno spazio dedicato, con spogliatoio, bagno, giochi, libri, tavolini e sedioline. I bambini partecipano ad attività di laboratorio alternate ad attività ludico-motorie. Ogni settimana attività propedeutica allo sport, per sviluppare gli schemi motori e la capacità di coordinazione del singolo bambino.

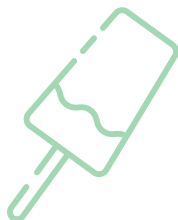
Orario: dalle 8.00 alle 16.00 oppure dalle 9.00 alle 17.00

COSTI

€ 170 a settimana

€ 15 tesseramento obbligatorio
valido fino al 30/09/2020.

€ 15 assicurazione integrativa
facoltativa.



SCONTI PER FRATELLI E PER PERIODI LUNGI

COSA OCCORRE

Abbigliamento comodo, adatto alle attività sportive, e cappellino.

Zainetto contenente: un cambio completo, un telo mare, lenzuolino e cuscino per la nanna, costumino e ciabattine (per i giochi con l'acqua nelle giornate più calde).

Deve essere tutto contrassegnato con il nome del bambino.



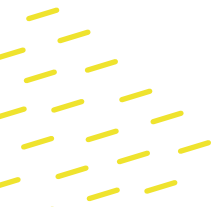
ORGANIZZAZIONE DELLA GIORNATA

La mattinata è strutturata con attività di laboratorio e di propedeutica allo sport. Progettate per la specifica fascia di età, permettono ai bambini di giocare sui diversi campi della struttura.

Il pranzo è cucinato giornalmente dal Ristorante CH4, con particolare attenzione alla qualità delle materie prime utilizzate.

Dopo pranzo, un momento di gioco libero seguito dal riposo sulle brandine. Attività di laboratorio per chi non necessita di riposare.

Dopo il risveglio, merenda e preparazione per l'uscita.



Estate **PICCOLI** 5 anni

Per bambini nati nel 2015


dal 15 giugno

Gruppi omogenei per età, seguiti da animatori qualificati con un rapporto di 6 a 1. I momenti di propedeutica sportiva e di laboratorio sono organizzati su base settimanale, con un tema che fa da filo conduttore.

Orario: dalle 8.00 alle 16.00 oppure dalle 9.00 alle 17.00

COSTI

€ 170 a settimana

€ 15 tesseramento obbligatorio
valido fino al 30/09/2020.

€ 15 assicurazione integrativa
facoltativa.



SCONTI PER FRATELLI E PER PERIODI LUNGI

► **COSA OCCORRE**

Abbigliamento comodo, adatto alle attività sportive, scarpe da ginnastica e cappellino.

Zainetto contenente: un cambio completo, astuccio con pennarelli, un telo mare, costumino e ciabattine (per i giochi con l'acqua nelle giornate più calde). Deve essere tutto contrassegnato con il nome del bambino.



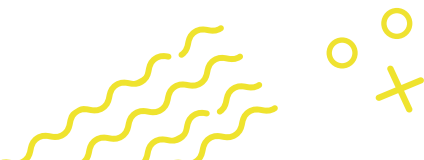
ORGANIZZAZIONE DELLA GIORNATA

La mattinata è strutturata con attività ludico-sportive, con organizzazione oraria. Progettate per la specifica fascia di età, permettono ai bambini di giocare sui diversi campi della struttura.

Il pranzo è cucinato giornalmente dal Ristorante CH4, con particolare attenzione alla qualità delle materie prime utilizzate.

Dopo pranzo, un momento di riposo e di lettura all'ombra.

Nel pomeriggio, attività di laboratorio e sportive, seguite da merenda e preparazione per l'uscita.



Estate VERDE

6 - 15 anni

Per bambini e ragazzi nati dal 2005 al 2014



dal 15 giugno

I bambini verranno divisi in gruppi con animatori di riferimento con rapporto di 1 a 8 per i bambini delle elementari e di 1 a 10 per i ragazzi delle medie. La proposta vede l'alternarsi di momenti di sport e di laboratorio, che seguono un filo conduttore settimanale. L'orario di ingresso verrà organizzato per gruppi e sarà compreso tra le 8 e le 9, mentre quello di uscita sarà compreso tra le 16 e le 17.



COSTI

€ 140 a settimana

€ 15 tesseramento obbligatorio valido fino al 30/09/2020.

€ 15 assicurazione integrativa facoltativa.



ORGANIZZAZIONE DELLA GIORNATA

La mattinata è strutturata con attività ludico-sportive, con organizzazione oraria. Progettate per le specifiche fasce di età, permettono ai bambini di giocare sui diversi campi della struttura.

Il pranzo è cucinato giornalmente dal Ristorante CH4, con particolare attenzione alla qualità delle materie prime utilizzate.

Dopo pranzo è previsto un momento di riposo all'ombra e nel pomeriggio ripresa delle attività di laboratorio e sportive, seguite da merenda e preparazione per l'uscita.



SCONTI PER FRATELLI E PER PERIODI LUNGH

► COSA OCCORRE

Abbigliamento comodo, adatto alle attività sportive, scarpe da ginnastica, cappellino, cambio completo, telo mare, astuccio con penne e colori. Ogni bambino dovrà essere dotato di mascherina personale e di contenitore per riporla



Estate GYM

Per bambini e ragazzi nati nel 2014 e anni precedenti.

L'attività si svolge nella palestra attrezzata del CH4 e negli spazi esterni, con il team di istruttori di Ginnastica Artistica, Trampolino Elastico e Ginnastica Ritmica, ed è dedicata a principianti e atleti di tutti i livelli. I partecipanti seguono un percorso di allenamento complessivo delle discipline, alternato ad attività ludico-motorie guidate, oppure hanno la possibilità di focalizzarsi su un'attività specifica, da scegliere al momento dell'iscrizione.



COSTI

€ 160 a settimana.

€ 150 a settimana per gli iscritti ai corsi del settore Ginnastica CH4.

€ 110 a settimana per gli iscritti ai corsi di livello competitivo del settore Ginnastica CH4.

€ 15 tesseramento obbligatorio valido fino al 30/09/2020.

€ 15 assicurazione integrativa facoltativa.



ATTIVITÀ SPORTIVA

Ogni giorno un allenamento di due ore e mezzo la mattina e un allenamento di due ore il pomeriggio

allenamenti con attivazione, preparazione fisica e impostazione tecnica di vari elementi con gli attrezzi specifici di seguito indicati.

Ginnastica Artistica Femminile:

trave, volteggio, parallele asimmetriche e corpo libero.

Ginnastica Artistica Maschile:

parallele pari, sbarra, anelli, volteggio e corpo libero.

Acrobatica e Trampolino Elastico:

airtrack, minitrampolino e trampolino elastico.

Ginnastica Ritmica:

fune, cerchio, palla, clavette e nastro.

Gym Multiattività:

allenamento su tutti gli attrezzi, adatto ai principianti.



SCONTI PER FRATELLI E PER PERIODI LUNGI

COSA OCCORRE

Abbigliamento adatto alla ginnastica artistica (body o pantaloncini e maglietta/canottiera, calze antiscivolo), cappellino, cambio completo, telo mare e costume da bagno. Ogni bambino dovrà essere dotato di mascherina personale e di contenitore per riporla





Dal 15 al 19 giugno

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile,
Focus Ginnastica Artistica Maschile,
Focus Acrobatica e Trampolino Elastico,
Focus Ginnastica Ritmica

Dal 22 al 26 giugno

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile,
Focus Ginnastica Artistica Maschile,
Focus Acrobatica e Trampolino Elastico,
Focus Ginnastica Ritmica

Dal 29 giugno al 3 luglio

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile,
Focus Ginnastica Artistica Maschile,
Focus Acrobatica e Trampolino Elastico
Focus Ginnastica Ritmica

Dal 6 al 10 luglio

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile,
Focus Ginnastica Artistica Maschile,
Focus Acrobatica e Trampolino Elastico

Dal 13 al 17 luglio

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile,
Focus Ginnastica Artistica Maschile,
Focus Acrobatica e Trampolino Elastico

Dal 20 al 24 luglio

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile

Dal 27 al 31 luglio

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile

Dal 3 al 7 agosto

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile

Dal 10 al 14 agosto

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile

Dal 17 al 21 agosto

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile

Dal 24 al 28 agosto

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile

Dal 31 agosto al 4 settembre

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile,
Focus Ginnastica Artistica Maschile,
Focus Acrobatica e Trampolino Elastico
Focus Ginnastica Ritmica

Dal 7 all'11 settembre

Percorso Gym Multiattività,
Focus Ginnastica Artistica Femminile
Focus Ginnastica Ritmica



Estate ACROCIRCO E TEATRALITÀ

Per bambini e ragazzi nati nel 2015
e anni precedenti



dal 15 giugno
al 7 agosto

Settimane di attività intensiva, aperte anche a bambini alla prima esperienza nel settore e orientate a raggiungere una maggiore confidenza e padronanza del proprio corpo. Il linguaggio circense permette di ricercare la propria creatività ed espressione, potenziare l'autostima attraverso l'acquisizione di abilità acrobatiche, migliorare i riflessi, il ritmo e l'equilibrio e sviluppare la concentrazione. Inoltre si svilupperà l'aspetto creativo attraverso giochi teatrali e di fiducia. Utilizzo di filo teso e di alcuni attrezzi di acrobatica aerea. Ogni martedì pomeriggio laboratorio creativo. I bambini nati nel 2015 sono inseriti in un gruppo dedicato, con istruttore e attività specifiche dedicate alla fascia di età.

€ COSTI

€ 170 a settimana.

€ 160 a settimana per gli iscritti ai corsi di arti circensi del CH4 Sporting Club.

€ 15 tesseramento obbligatorio valido fino al 30/09/2020.

€ 15 assicurazione integrativa facoltativa.



% SCONTI PER FRATELLI E PER PERIODI LUNGI



ATTIVITÀ SPORTIVA

All'interno della giornata, due ampi momenti dedicati alle arti circensi, intervallati da pranzo, merende e momenti di riposo:

9:00 - 11:30 Preparazione fisica e allenamento.

14:00 - 16:30 Allenamento.

► COSA OCCORRE

Abbigliamento adatto all'attività ginnica (body o maglietta aderente, leggings o pantaloncini sotto il ginocchio), cappellino, cambio completo, telo mare e costume da bagno. Ogni bambino dovrà essere dotato di mascherina personale e di contenitore per riporla



Estate **DANZA**



15 giugno - 7 agosto
31 agosto - 11 settembre 2020

*Per bambini e ragazzi
nati nel 2014 e anni precedenti*

Settimane dedicate alla danza, in collaborazione con la scuola Frizzart A.S.D., direttrice artistica Cinzia Pochettino. Aperte anche a bambini alla prima esperienza nel settore. All'interno della giornata lezioni di danza moderna, hip hop, classico e caraibico, alternate a potenziamento e stretching, teatro, canto e attività creative (montaggio video e laboratori).

COSTI

€ 160 a settimana.

€ 150 a settimana per gli iscritti ai corsi di danza del CH4 Sporting Club e di Frizzart.

€ 15 tesseramento obbligatorio valido fino al 30/09/2020.

€ 15 assicurazione integrativa facoltativa.



SCONTI PER FRATELLI E PER PERIODI LUNGH



COSA OCCORRE

Abbigliamento comodo, adatto all'attività di danza, cambio completo, occorrente per la doccia, cappellino, telo mare e costume da bagno. Ogni bambino dovrà essere dotato di mascherina personale e di contenitore per riporla.



Estate **TENNIS**

Per bambini e ragazzi nati nel 2012 e anni precedenti, con almeno due anni di esperienza nel tennis



**15 giugno - 31 luglio
e 31 agosto - 11 settembre 2020**

La proposta della Scuola Tennis CH4 si compone di una proposta mattutina, suddivisa in due livelli, e della possibilità di integrazione pomeridiana.

TENNIS TEAM

per livello di gioco alto

Corso intensivo di tennis e preparazione fisica, rivolto ai ragazzi che hanno frequentato il corso Tennis Team durante la stagione 2019/2020. L'iscrizione di eventuali esterni al corso dovrà essere valutata dal Direttore Tecnico della Scuola Tennis, per garantire l'omogeneità del gruppo. L'attività si svolge dalle 9 alle 12.30, con 2 ore di lezione con i Maestri Nazionali della Scuola Tennis CH4 (rapporti maestro/allievi di 1 a 4) e un'ora e mezza di preparazione fisica (rapporto istruttore/allievi di 1 a 8)



Costo € 130 a settimana

TENNIS E BEACH TENNIS

per livello di gioco medio e principiante

La proposta prevede l'alternanza di lezioni di tennis sui campi in terra rossa, con i Maestri e gli Istruttori della Scuola Tennis CH4 (rapporto istruttore/allievi di 1 a 6), preparazione fisica e beach tennis. L'attività si svolge dalle 9 alle 12.30.



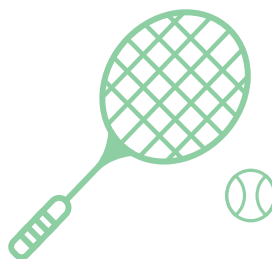
Costo € 100 a settimana

PRANZO E POMERIGGIO

I partecipanti alle due proposte di Estate Tennis mattutina possono scegliere di prolungare con pranzo e attività ludico-motorie. Sono seguiti, per tutta la settimana, da un istruttore presente anche nella prima parte della giornata.

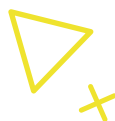


Costo € 70 a settimana



► COSA OCCORRE

Abbigliamento e scarpe adatti al gioco del tennis, asciugamano, cambio completo, cappellino per il sole e racchetta. Possibilità di affittare la racchetta dalla società, per tutta la settimana, al costo di € 10. Ogni bambino dovrà essere dotato di mascherina personale e di contenitore per riporla.



Attività pomeridiane

per bambini iscritti ai centri estivi e per esterni

TENNIS

dai 6 anni di età

dal 15 giugno al 7 agosto
e dal 24 agosto all'11 settembre
dalle 16.30 alle 18.00

Lunedì, Mercoledì, Venerdì € 50
(€ 45 per gli iscritti a Estate Verde)

Martedì, Giovedì € 35
(€ 30 per gli iscritti a Estate Verde)

HAPPY GYM

dai 6 anni di età

Attivo tutta l'estate dalle 16.30 alle 18.00

Costo settimanale € 35
(€ 25 per gli iscritti a Estate Verde)

HAPPY MINIGYM

dai 3 ai 5 anni di età

Attivo tutta l'estate dalle 16.30 alle 18.00

Costo settimanale € 35
(€ 25 per gli iscritti a Estate Verde)

CALCIO A 5

dai 6 anni di età

dal 15 giugno al 31 luglio
dalle 16.30 alle 18.00
oppure dalle 18.15 alle 19.45

Costo settimanale € 35
(€ 25 per gli iscritti a Estate Verde)

DANZA

dai 5 anni di età

dal 15 giugno al 31 luglio
dalle 16.30 alle 18.00

Costo settimanale € 35
(€ 25 per gli iscritti a Estate Verde)

SCHERMA

dai 7 anni di età

dal 29 giugno al 3 luglio
e dal 27 al 31 luglio
dalle 16.30 alle 18.00

Costo settimanale € 35
(€ 25 per gli iscritti a Estate Verde)

FUMETTO

dagli 8 anni di età

dal 15 giugno al 31 luglio
dalle 16.30 alle 18.00

Costo settimanale € 35
(€ 25 per gli iscritti a Estate Verde)

SPAZIO COMPITI

dai 7 anni di età

attivo tutta l'estate
dalle 16.30 alle 18.00

Costo settimanale € 35
(€ 25 per gli iscritti a Estate Verde)

Proposte mezza giornata

per bambini dai 6 anni di età, non iscritti ai centri estivi

TENNIS

dal 15 giugno al 7 agosto
e dal 24 agosto all'11 settembre
dalle 14.30 alle 16.00 da lunedì a venerdì

Costo settimanale € 80

SPAZIO COMPITI & LAB

Compiti delle vacanze e un'ora di laboratorio
attivo tutta l'estate dalle 9.00 alle 13.00
oppure dalle 14.00 alle 18.00

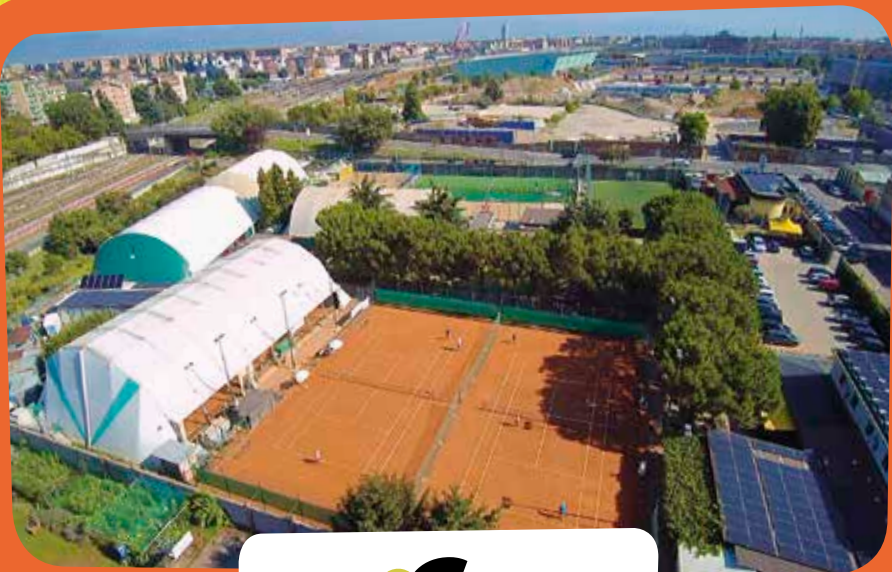
Costo settimanale € 50, merenda inclusa

INGLESE

dal 15 giugno al 31 luglio
e dal 31 agosto all'11 settembre
dalle 9.00 alle 13.00 oppure
dalle 14.00 alle 18.00

Costo settimanale € 80,
merenda inclusa





CH4 Sporting Club
via Trofarello, 10 - Torino
(angolo via Passo Buole)

T 011 678366

info@ch4sportingclub.it
www.ch4sportingclub.it

328 368 52 67

