



IN COLLABORAZIONE CON



**SCUOLA
CALCIO ELITE**
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

G.S.D. LASCARIS 1954

4° CITY CAMP LASCARIS

«ESTATE AL LASCARIS»

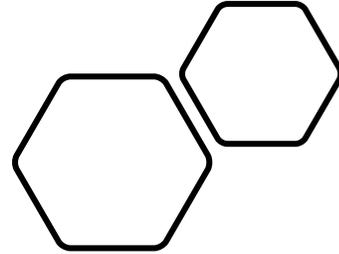
BAMBINI/E DAI 6 AI 16 ANNI

CORSO DI PERFEZIONAMENTO TECNICO INDIVIDUALE

G.S.D. LASCARIS – VIA CLAVIERE 16, PIANEZZA (TO)

CONTATTI

(PER INFO E PRENOTAZIONI)



SEGRETERIA LASCARIS:

- 011.967.95.98

DENIS:

- 338.82.03.690

MATTEO

- 342.03.42.121

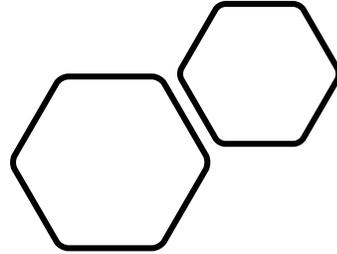
EMAIL:

- lascaris1954@gmail.com

SITO INTERNET:

- www.lascaris.it

STAFF TECNICO



Lo Staff Tecnico sarà composto da laureati in Scienze Motorie e Sportive e da istruttori in possesso di qualifica Uefa.

I coordinatori tecnici saranno i responsabili dell'Attività di Base del G.S.D. Lascaris:

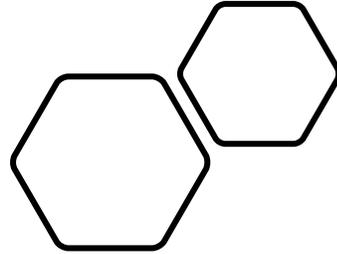
- **DENIS SANSEVERINO**

CONI – Figc / Uefa B / Juventus University / Individual Soccer School

- **MATTEO AGNINO**

CONI – Figc / Uefa B / Laurea in Scienze Motorie e Sportive

MODALITÀ DI RIPRESA



La ripresa dell'attività seguirà scrupolosamente le direttive di sicurezza emanate dagli organi competenti.

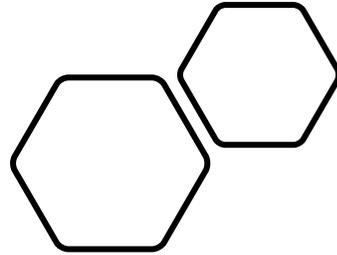
Verranno adottate tutte le misure di prevenzione previste dall'ordinamento quali distanziamento sociale in ingresso e in uscita dall'impianto e dai campi (A – B – C), misurazione della temperatura corporea in ingresso ($< 37,5^{\circ}\text{C}$), registrazione delle presenze, utilizzo dei dispositivi di protezione individuali (DPI) e gel igienizzante.

INGRESSO IMPIANTO

L'INGRESSO ALL'INTERNO DELL'IMPIANTO
AVVERÀ DAL CANCELLO SITO IN VIA CLAVIERE
16



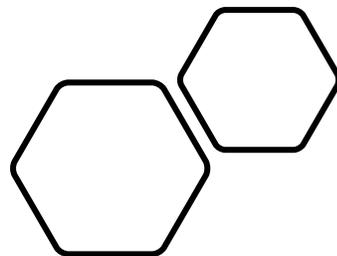
RISPETTO DELLE REGOLE



All'ingresso verrà misurata la temperatura corporea (che deve essere inferiore a 37,5°C) e si annoterà sul registro societario la presenza. Se il ragazzo risulterà idoneo alla pratica sportiva entrerà in campo nello spazio di gioco a lui assegnato.

Lo staff tecnico e le persone preposte a garantire il rispetto delle regole, per favorire il sicuro svolgimento dell'attività, dovranno utilizzare i dispositivi di protezione individuali.

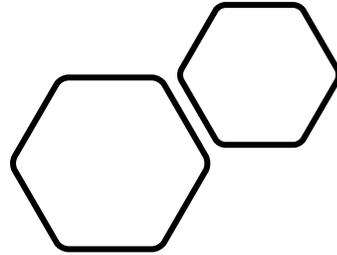
TURNI CITY CAMP LASCARIS



- Settimana 1: 15/06 – 19/06
- Settimana 2: 22/06 – 26/06
- Settimana 3: 29/06 – 03/07
- Settimana 4: 06/07 – 10/07
- Settimana 5: 13/07 – 17/07
- Settimana 6: 20/07 – 24/07
- Settimana 7: 27/07 – 31/07

In caso di richieste si prolungherà l'attività anche nelle settimane dal 03/08 al 07/08 e dal 10/08 al 14/08

ORARI CITY CAMP LASCARIS



PART TIME:

MATTINO

- 08:30 / 12:00

POMERIGGIO

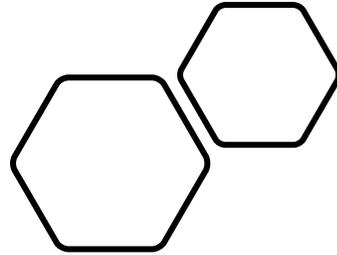
- 14:30 / 18:00

FULL TIME:

MATTINO – POMERIGGIO

- 08:30 / 18:00

PREZZI CITY CAMP LASCARIS



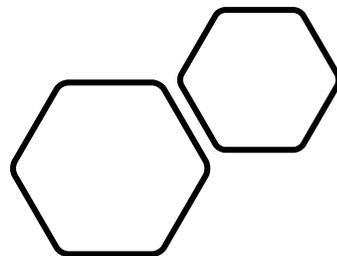
PART TIME:

- 1 SETTIMANA: 80€
- 2 SETTIMANE: 140€
- 6 SETTIMANE: 370€
- 7 SETTIMANE: 420€

SCONTI PER GRUPPI DI ALMENO 10 BAMBINI DELLA STESSA ANNATA

MODALITÀ DI PAGAMENTO: IL SALDO DEVE ESSERE VERSATO IN SEGRETERIA. SI ACCETTA ANCHE IL PAGAMENTO TRAMITE BANCOMAT.

PREZZI CITY CAMP LASCARIS



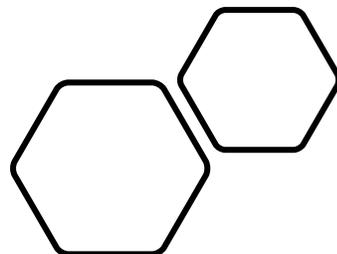
FULL TIME:

- 1 SETTIMANA: 140€
- 2 SETTIMANE: 250€
- 6 SETTIMANE: 630€
- 7 SETTIMANE: 720€

SCONTI PER GRUPPI DI ALMENO 10 BAMBINI DELLA STESSA ANNATA

MODALITÀ DI PAGAMENTO: IL SALDO DEVE ESSERE VERSATO IN SEGRETERIA. SI ACCETTA ANCHE IL PAGAMENTO TRAMITE BANCOMAT.

COSA COMPRENDE LA QUOTA DI ISCRIZIONE?



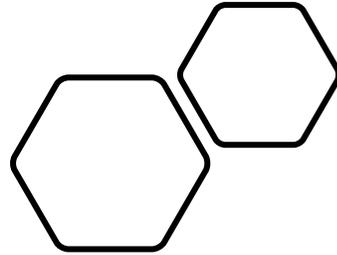
PART TIME:

IL PREZZO COMPRENDE IL KIT DI ALLENAMENTO (MAGLIETTA, PANTALONCINI E CALZETTONI) E L'ASSICURAZIONE

FULL TIME:

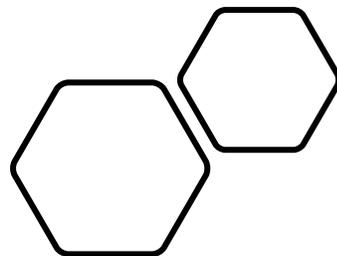
IL PREZZO COMPRENDE IL KIT DI ALLENAMENTO (MAGLIETTA, PANTALONCINI E CALZETTONI), IL PRANZO (CUCINA FRESCA GIORNALIERA CON MENÙ SPORTIVO) E L' ASSICURAZIONE.

DOCUMENTI RICHIESTI



- SCHEDA D'ISCRIZIONE (DA COMPILARE IN SEDE)
- VISITA MEDICA IN CORSO DI VALIDITÀ
- SEGNALAZIONE INTOLLERANZE/ALLERGIE ALIMENTARI
- AUTOCERFICAZIONE DI ASSENZA DI MALATTIE EPIDEMICHE IN CORSO
- NULLA OSTA PER LE SETTIMANE DI GIUGNO (PER ATLETI NON TESSERATI PRESSO IL G.S.D. LASCARIS)

GIORNATA TIPO PART TIME (MATTINA O POMERIGGIO)



MATTINO

08:30/09:00: ACCOGLIENZA

09:00/09:30: BRIEFING INIZIALE

09:30/11:30: ALLENAMENTO TECNICO INDIVIDUALE

11:30/12:00: BRIEFING FINALE

12:00: CONSEGNA ALLE FAMIGLIE

POMERIGGIO

14:30/15:00: ACCOGLIENZA

15:00/15:30: BRIEFING INIZIALE

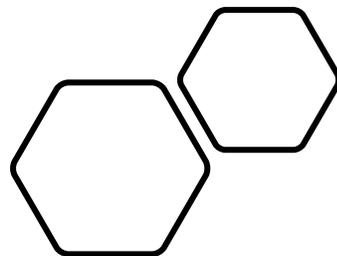
15:30/17:30: ALLENAMENTO TECNICO INDIVIDUALE

17:30/18:00: BRIEFING FINALE

18:00: CONSEGNA ALLE FAMIGLIE

NON È POSSIBILE USUFRUIRE DEGLI SPOGLIATOI

GIORNATA TIPO FULL TIME



08:30/09:00: ACCOGLIENZA

09:00/09:30: BRIEFING INIZIALE MATTINO

09:30/11:30: ALLENAMENTO TECNICO INDIVIDUALE

11:30/12:00: BRIEFING FINALE MATTINO

12:00/12:30: SVAGO

12:30/14:00: PRANZO

14:00/15:00: INTRATTENIMENTO E GIOCHI

15:00/15:30: BRIEFING INIZIALE POMERIGGIO

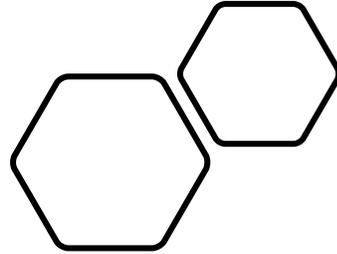
15:30/17:30: ALLENAMENTO TECNICO INDIVIDUALE

17:30/18:00: BRIEFING FINALE POMERIGGIO

18:00: CONSEGNA ALLE FAMIGLIE

NON È POSSIBILE USUFRUIRE DEGLI SPOGLIATOI

PROPOSTE DI ALLENAMENTO



Per mantenere le distanze di sicurezza ad ogni bambino verrà assegnato un personale spazio di gioco all'interno del quale svolgerà l'intero allenamento.

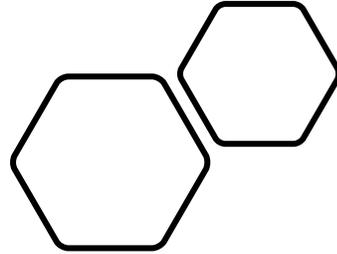
Il programma tecnico, svolto in maniera individuale, sarà il seguente:

- Tecnica di base (guida della palla, etc.)
- Tecnica estrosa (frenate, arresti e ripartenze, cambi di direzione, gesti di superamento frontale, laterale e di schiena, etc.)
- Dominio palla (tocchi intermedi, palleggio, etc.)
- Sensibilità piede – caviglia

Le situazioni di gioco e le partite si potranno svolgere previa autorizzazione del Governo e degli altri Organi Competenti. Le normative vigenti al momento non autorizzano il contatto tra gli atleti.

Il programma sarà adeguato a ciascuna fascia di età

COME ARRIVARE AL CAMPO?



Il bambino dovrà arrivare al campo già vestito con abbigliamento sportivo, il suo pallone personale e una bottiglia d'acqua/borraccia.

I bambini dovranno presentarsi presso l'impianto sportivo muniti di mascherina protettiva, ma non potranno utilizzarla durante lo svolgimento dell'attività.

Data l'impossibilità di utilizzare gli spogliatoi per fare la doccia è consigliato un cambio per i bambini che parteciperanno al full time.

MODALITÀ ENTRATA E USCITA CAMPO A

ENTRATA

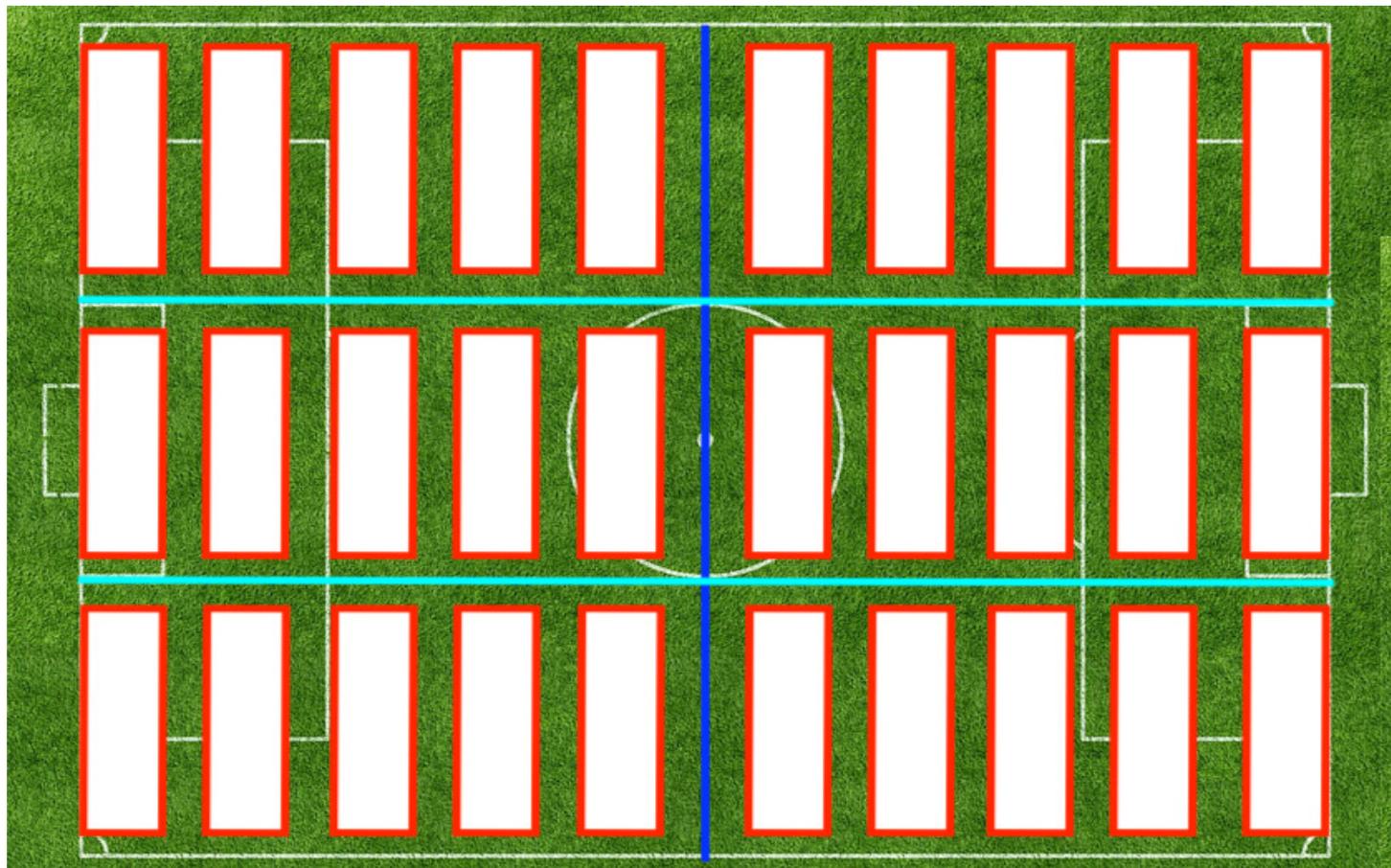


USCITA



DISPOSIZIONE CAMPO A (ERBA)

DIMENSIONI CAMPO 100 X 60 METRI



Suddivisione del campo da gioco per rispettare il distanziamento sociale.

Sono state organizzate 30 aree di gioco di dimensioni 5 x 15 metri. Il distanziamento tra le varie aree è di 2 metri.

Sono stati previsti dei corridoi larghi 5 metri (in blu e in azzurro) per il passaggio dei componenti dello staff tecnico.

MODALITÀ ENTRATA E USCITA CAMPO B

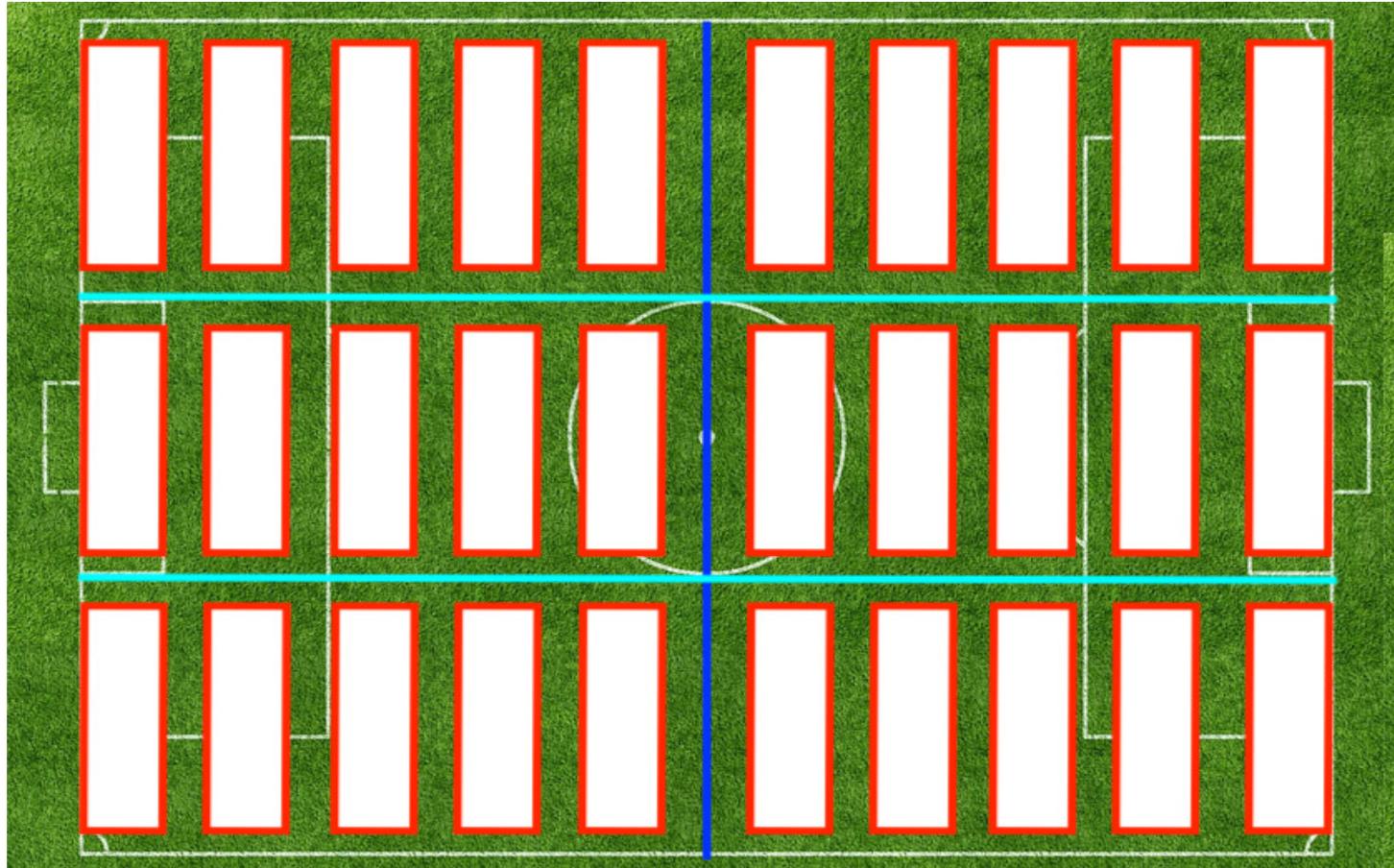
ENTRATA

USCITA



DISPOSIZIONE CAMPO B (SINTETICO)

DIMENSIONI CAMPO 100 X 60 METRI



Suddivisione del campo da gioco per rispettare il distanziamento sociale.

Sono state organizzate 30 aree di gioco di dimensioni 5 x 15 metri. Il distanziamento tra le varie aree è di 2 metri.

Sono stati previsti dei corridoi larghi 5 metri (in blu e in azzurro) per il passaggio dei componenti dello staff tecnico.

MODALITÀ ENTRATA E USCITA CAMPO C

ENTRATA

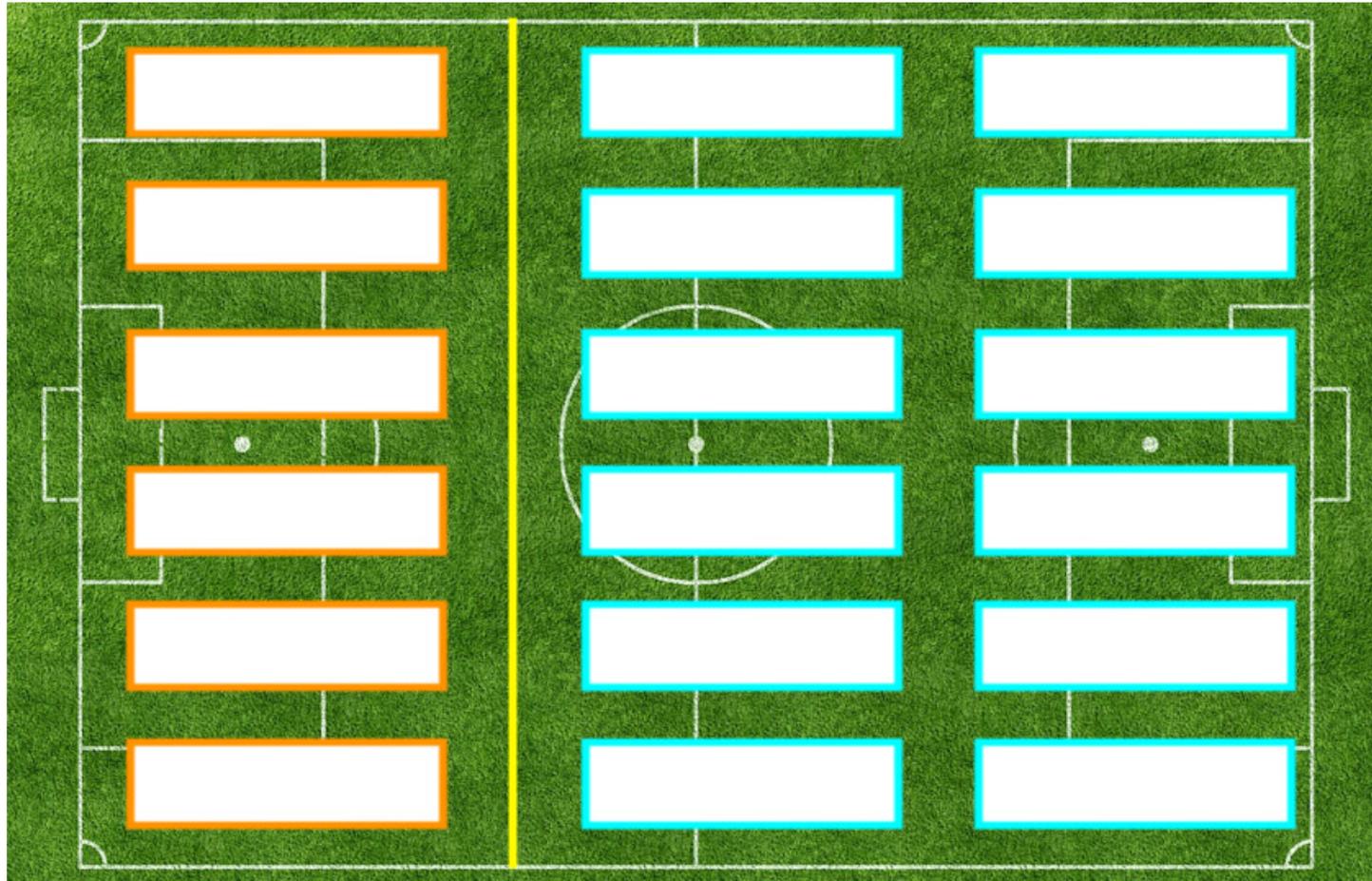


USCITA



DISPOSIZIONE CAMPO C (SINTETICO)

DIMENSIONI CAMPO 60 X 40 METRI



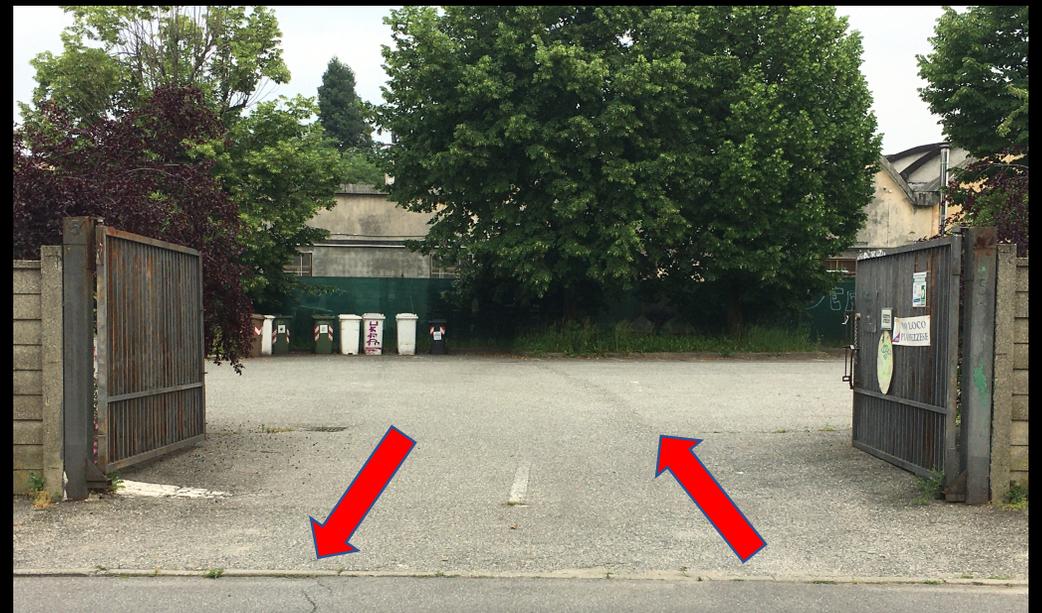
Suddivisione del campo da gioco per rispettare il distanziamento sociale.

Sono state organizzate 18 aree di gioco di dimensioni 4 x 15 metri. Il distanziamento tra le varie aree è di 2 metri. In arancione sono evidenziate le aree di gioco riservate all'allenamento dei portieri.

È stato previsto un corridoio largo 5 metri (in giallo) per il passaggio dei componenti dello staff tecnico.

USCITA IMPIANTO

L'USCITA DALL'IMPIANTO AVVERÀ DAL
CANCELLO SITO IN VIA MONCENISIO (SALONE
DELLE FESTE)



CARATTERISTICHE DELL'AGENTE VIRALE SARS-COV-2

I coronavirus (CoV) sono una famiglia di virus respiratori che causano malattie di gravità da lieve a moderata. Altri coronavirus umani di origine animale (virus zoonotici) sono stati responsabili, nell'ultimo ventennio, di epidemie di sindromi respiratorie gravi: la SARS, nel 2002/2003 (sindrome respiratoria acuta grave) e la MERS, nel 2012 (sindrome respiratoria mediorientale). Sono definiti in tal modo per le punte a forma di corona che sono presenti sulla loro superficie. I coronavirus sono comuni in molte specie animali (domestiche e selvatiche) e possono, attraverso passaggi in altre specie animali, infettare l'uomo.

MODALITÀ DI TRASMISSIONE

Il nuovo coronavirus è un virus respiratorio caratterizzato da una elevata contagiosità che si diffonde principalmente attraverso il contatto con le goccioline del respiro (*droplets*) espulse dalle persone infette ad esempio tramite: la saliva, tossendo, starnutando o anche solo parlando; contatti diretti personali; le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate bocca, naso o occhi. Il virus è caratterizzato da una elevata contagiosità. In rari casi, il contagio può avvenire attraverso contaminazione fecale. I cd. "droplets", goccioline pesanti, normalmente riescono a percorrere uno spazio non superiore al metro, prima di cadere a terra; questa è la ragione per cui un distanziamento di un metro è considerato sufficiente a prevenire la trasmissione. Occorre però considerare l'incidenza di fattori ambientali.

Lo spostamento d'aria causato dall'atleta e/o il posizionamento in scia, possono facilitare la contaminazione da *droplets* su distanze maggiori rispetto alla misura canonica di distanziamento sociale. In queste circostanze, più elevato è il vento, maggiore sarà il distanziamento richiesto per garantire le condizioni di sicurezza. Normalmente le malattie respiratorie non si trasmettono con gli alimenti che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche.

Secondo i dati attualmente disponibili, le persone sintomatiche sono la causa più frequente di diffusione del virus. L'OMS considera non frequente l'infezione da nuovo coronavirus prima che si sviluppino sintomi, seppure sono numerose le osservazioni di trasmissione del contagio avvenuti nei due giorni precedenti la comparsa di sintomi. Il periodo di incubazione varia tra 2 e 12 giorni; 14 giorni rappresentano il limite massimo di precauzione. La via di trasmissione più frequente è quella respiratoria, in seconda analisi quella da superfici contaminate con il tramite delle mani e un successivo contatto con le mucose orali, nasali e con le congiuntive.

SINTOMI

I sintomi più comuni di un'infezione da coronavirus nell'uomo includono febbre, tosse, difficoltà respiratorie. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave (ARDS), insufficienza renale, fino al decesso.

I coronavirus umani comuni di solito causano malattie del tratto respiratorio superiore da lievi a moderate, come il comune raffreddore, che durano per un breve periodo di tempo. I sintomi possono includere: rinorrea (naso che cola); cefalea (mal di testa); tosse; faringite (gola infiammata); febbre; sensazione generale di malessere, diarrea. Come altre malattie respiratorie, l'infezione da nuovo coronavirus può causare sintomi lievi come rinite (raffreddore), faringite (mal di gola), tosse e febbre, oppure sintomi più severi quali polmonite con difficoltà respiratorie anche molto gravi.

Di comune riscontro è la presenza di anosmia (diminuzione/perdita dell'olfatto) e ageusia (diminuzione/perdita del gusto), che sembrano caratterizzare molti quadri clinici. In alcuni casi l'infezione può essere letale. Le persone più suscettibili alle forme gravi sono gli anziani e quelle con malattie preesistenti. Le patologie preesistenti più frequenti nei soggetti deceduti sono malattie cardiovascolari, ipertensione arteriosa, diabete mellito di tipo 2 e malattie respiratorie croniche, quali la broncopneumopatia cronica ostruttiva. Dato che i sintomi provocati dal nuovo coronavirus sono aspecifici e simili a quelli del raffreddore comune e del virus dell'influenza, è possibile, in caso di sospetto, effettuare esami di laboratorio per confermare la diagnosi.