



## INFORMAZIONI GENERALI

### Le categorie si differenziano solitamente in maschi e femmine.

In alcune competizioni gli atleti gareggeranno unicamente con i compagni del proprio anno di nascita, mentre in altre con quelli più grandi di un anno o più piccoli. Se non vi è la competizione per la propria categoria, si gareggerà con quella più grande.

**Nelle competizioni a squadre**, le ragazze potranno gareggiare in una squadra maschile ma non viceversa.

ANNO	CATEGORIE 2021
2015-2016	U8
2013-2014	U10
2011-2012	U12
2009-2010	U14

### La società è solita partecipare a diversi tipi di competizioni:

**Staffette di paese (TAS):** si corrono percorsi dai 200m ai 600m, fuori pista, solitamente nelle vie dei paesi, singolarmente o a squadre, varia dalla competizione e dall'età

**Olimpiadi Rivensi / UBS Kids Cup:** l'atleta si cimenta in due o tre discipline durante il corso della giornata (solitamente lancio della pallina/vortex, sprint 50/60m e salto in lungo/salto in alto)

**Cross:** corsa di media/lunga distanza, dai 400m ai 2000m, su sterrato o prato, solitamente svolto nel periodo invernale

**Trofeo Gad:** 4/5 discipline, 50/60m, 600/1000m, pallina/peso, salto in lungo e salto in alto per i più grandi, da svolgere in due distinte giornate (solitamente maggio e settembre)

**UBS Kids Team:** gara-gioco a squadre (composta di solito da 6 partecipanti), che si svolge in palestra durante il periodo invernale

Oltre alla partecipazione agli allenamenti, agli atleti iscritti, si propone la partecipazione alle gare che vengono indicate dai rispettivi monitori/allenatori, anche per dare una continuità a quanto fatto durante gli allenamenti. Le informazioni relative alla singola competizione, oltre ad altre comunicazioni, verranno inviate tramite e-mail o messaggio WhatsApp, circa 15 giorni prima dell'evento. Si auspica la partecipazione di tutti.



**Abbigliamento:** pantaloncini e maglietta corti, tuta/training da ginnastica completa (pantalone lungo e maglia manica lunga), scarpe da running/ginnastica per esterno e scarpe da running/ginnastica per interno (non devono per forza essere da palestra ma devono essere pulite). Bottiglia/borraccia per l'acqua.

**Ogni atleta riceverà la maglia della società (se non già in possesso). Verrà pure consegnato il nuovo training sociale.**

Per atleti e sostenitori, vi è inoltre la possibilità di acquisto della nuova felpa della società.

Giorno	Orario	Gruppo	Monitori	Palestra
Martedì	16:30-17:30	Scolari 1 e 2	May/Elisa	Elementari
Martedì	17:45-18:45	U12-U10	May/Samantha	Elementari
Giovedì	17:15-18:15	Scolari 2 e U12-U10	Filippo/Ruggero/Livio	Medie

Nome gruppo	Anno	N° allenamenti settimanali	Giorno	Tassa iscrizione
Scolari 1	2015-2016	1	martedì	100.-
Scolari 2	2014	1	martedì o giovedì	100.-
Scolari 2	2014	2	martedì e giovedì	140.-
U12-U10	2013/12/11(10)	2	martedì e giovedì	140.-

**Gli allenamenti di tutti i gruppi si terranno al campo sportivo fino a quando il tempo lo permetterà (indicativo ca. metà ottobre-inizio novembre).**

**Osservazioni:**

- . **Invitiamo tutti al rispetto delle norme Covid-19 accresciute (se malati si resta a casa, distanziamento sociale e di igiene), evitando ogni genere di rischio**
- . Momentaneamente spogliatoi e docce non sono a disposizione (bisogna venire già in tenuta sportiva)
- . Genitori e/o accompagnatori non possono entrare all'interno del Centro sportivo e delle Palestre delle Scuole Elementari e Medie (sono inoltre da evitare assembramenti prima/durante e dopo gli allenamenti al di fuori delle strutture)



- . Si raccomanda la puntualità sia all'arrivo che alla fine dell'attività nel lasciare Palestra/Centro sportivo
- . Ognuno dovrà possedere una propria assicurazione personale contro gli infortuni  
La nostra società declina qualsiasi responsabilità in caso di infortunio e furto (sia durante l'allenamento che durante le gare)
- . Ev. immagini o foto effettuate in occasione di gare o eventi organizzati dalla società, potranno venir fornite agli organi di stampa per articoli o servizi sull'attività sportiva svolta e per i risultati ottenuti o utilizzate a scopo formativo/didattico
- . Facciamo notare che durante l'allenamento del giovedì non ci sarà la presenza di una monitrice donna
- . Gli atleti aspettano all'esterno della palestra/campo che i rispettivi monitori li facciano entrare

Al fine di garantire e proteggere la salute di tutti, è importante la responsabilità individuale/personale e familiare. Solo le persone sane e prive di sintomi possono partecipare agli allenamenti. Gli atleti e gli allenatori con sintomi di malattia devono restare a casa.

Importante pure: non portare a fare attività, bambini che sono stati assenti dalle lezioni scolastiche.

Modifiche dei gruppi o allenamenti, sono possibili a dipendenza della situazione sanitaria e delle indicazioni/decisioni delle Autorità comunali, cantonali o federali.

Per qualsiasi informazione restiamo a disposizione.

A nome di tutto il Team sportivamente vi salutiamo.

ASSPO Riva San Vitale

Il Presidente ad interim

Paola Bernaschina

# La Confederazione allenta i provvedimenti contro il coronavirus

23.06.2021

Dal 26 giugno:



Aperte le discoteche e le sale da ballo



Aperti i parchi acquatici



Raccomandazione e non più obbligo del telelavoro



## Certificato COVID

Obbligatorio: discoteche, sale da ballo e grandi manifestazioni  
Facoltativo: manifestazioni più piccole, strutture per lo sport, la cultura e il tempo libero, ristoranti



## Manifestazioni



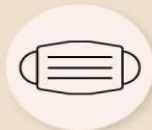
Con certificato  
Nessuna restrizione



Senza certificato, con obbligo di stare seduti  
Non più di 1000 persone



Senza certificato, senza obbligo di stare seduti  
All'aperto: non più di 500 persone  
Al chiuso: non più di 250 persone



## Obbligo della mascherina



Revocato all'aperto



Allentato sul posto di lavoro  
(decide il datore di lavoro)



Allentato nelle scuole del livello secondario II e nelle scuole professionali  
(decidono i Cantoni)



## Ristoranti

All'aperto: nessuna restrizione  
Al chiuso: dati di contatto di una persona per gruppo



## Sport e cultura

All'aperto: nessuna restrizione  
Al chiuso: dati di contatto  
Esibizioni di cori ammesse anche al chiuso

Come finora:



Obbligo della mascherina al chiuso: ristoranti, negozi, trasporti pubblici e manifestazioni senza certificato COVID



Incontri privati con non più di 30 persone (all'aperto: 50)



Raccomandazione: farsi vaccinare