

# SPORT & AUTONOMIA

## COSA PORTARE

- ☒ Pranzo al sacco solo per il viaggio di andata
- ☒ Attrezzatura tecnica specifica per l'allenamento: scarpe da ginnastica per allenamento nel palazzetto scarpe da ginnastica per allenamento all'aperto  
borraccia
- ☒ 14/16 T-shirt , Tute (almeno 2), 2 Felpe, Maglione pesante, Giacca K-way, 4 Pantaloncini corti, Cappellino
- ☒ Abbigliamento intimo per 10 giorni (slip, calze di cotone, canottiere...), Pigiama, Ciabatte per camera e per doccia/piscina  
Costume da bagno, Accappatoio/telo da mare, cuffia (obbligatoria)
- ☒ Trousse per l'igiene personale e asciugamani, bagnoschiuma
- ☒ I medicinali abitualmente o saltuariamente utilizzati dal ragazzo/a andranno consegnati alla partenza in busta chiusa con all'interno le indicazioni e saranno gestiti dal medico del camp
- ☒ Modica cifra di denaro per eventuali spese extra (cartolina, gelato etc..)

**Si prega di utilizzare per il trasporto al MASSIMO 2 borsoni/valigie.  
Si consiglia di marchiare con nome e cognome tutti i propri indumenti.**

**L'uso del telefonino NON SARÀ CONSENTITO durante gli allenamenti, le attività ed i pasti. Si consiglia vivamente di non far portare cellulari o altri device.**

**AD BIC GENOVA, declina ogni responsabilità per eventuali inconvenienti (furti, smarrimenti, danneggiamenti...) che dovessero accadere durante il Camp.**

Per ulteriori chiarimenti: Giulio Attardi: 3383651250

**WWW.ATPSPORT.IT**