

Una giornata ricca di gioia dello sport e del movimento!

La giornata PluSport è fantastica - grazie a voi partecipanti! Iniziamo con la danza PluSport. Se li avete, portate dei paracadute didattici per i festeggiamenti di chiusura. Contiamo sulla presenza di tanti appassionati di sport - partecipate tutti!

Data **Domenica 5 luglio 2020**
Luogo Struttura sportiva «End der Welt» dell'UFSPPO a Macolin
Orario 9.30 apertura della manifestazione - 16.00 chiusura giornata
Evento speciale 14.15-15.00 Partita di calcio delle grandi personalità con FC Consiglio Nazionale e PluSport Team 2000

Offerta gruppi e offerta base

- + Le offerte base prevedono 20 discipline sportive tra cui scegliere
Classifica nelle competizioni Triathlon (80m corsa, lancio del peso, lancio della palla, lancio del giavellotto bersaglio), nuoto differenziale e percorso differenziale
- + Competizioni per gruppi con classifica: competizione in piscina e «Fit+Fun»
- + Consegna delle medaglie per offerta di base

Regolamento tecnico e Regolamento «Fit+Fun»

- + All'indirizzo plusport.ch/journee-plusport2020 o in forma cartacea inviato su richiesta.

Alternative in caso di mal tempo

- + La manifestazione avrà luogo indipendentemente dalle condizioni meteo, le alternative in caso di mal tempo saranno indicate nell'opuscolo del programma.

Iscrizioni e prezzi

- + Modulo d'iscrizione disponibile qui o all'indirizzo plusport.ch/journee-plusport
- + Quota CHF 5.00 per ogni sportivo. Si prega di effettuare il pagamento della quota al momento dell'iscrizione (bollettino allegato)
- + Accompagnatori e monitori non pagano
- + La conferma e il programma saranno inviati a partire da metà maggio, una volta ricevute le quote di partecipazione
- + Ristoro a carico dei partecipanti
- + **Termine per le iscrizioni: 8 maggio 2020**

13° Axpo Kids & Family Day – una giornata piena di energia

Completate il gioco a tappe dell'«Axpo Kids & Family Day» e vincete una medaglia e un premio finisher o mettete alla prova le vostre capacità di salto sul tradizionale trampolino per bungee jumping. L'«Axpo Kids & Family Day» è per bambini, giovani e adulti con o senza disabilità e garantisce una giornata piena di energia e divertimento. Non è necessaria un'iscrizione anticipata.

Torneo di calcio per bambini, giovani e adulti

Iscrivetevi con la vostra squadra, giocate contro altre squadre appassionate di calcio e sfidatevi per le medaglie e il trofeo.

Per il torneo di calcio è necessaria l'iscrizione.

Contatto/iscrizione: fischer@plusport.ch



Novità del 2020:

nell'ambito delle attività per l'anniversario abbiamo chiesto ai nostri club aderenti di dare un contributo alla Giornata PluSport con uno speciale programma collaterale. Abbiamo ricevuto molte idee e alcune andranno a integrare l'offerta sportiva di quest'anno.

Il programma comprende anche gli emozionanti workshop di danza della nostra responsabile di progetto Claudia Romano, previsti alle 10.00, alle 11.00 e alle 12.00. Non dimentichiamoci poi dei workshop di karate di Alessandro Acquino, il responsabile del progetto «Karate per tutti», che iniziano alle 10.30, 11.30 e 12.30.

In più, dovete assolutamente partecipare a uno dei nostri due concorsi: saranno estratti a sorte premi entusiasmanti. Se nel programma collaterale volete provare il maggior numero possibile di attività diverse, prendete una tessera e visitate le varie postazioni per farla timbrare. Riportatela indietro e assicuratevi un omaggio e, a seconda del numero di postazioni visitate, parteciperete all'estrazione a premi del concorso. In alternativa potete partecipare alla corsa di orientamento per il 60° anniversario. A tale scopo, riceverete una mappa e dovrete trovare le 60 postazioni nascoste nell'area dell'evento, segnandole di volta in volta sulla mappa della corsa di orientamento. Potrete ottenere maggiori informazioni sul posto, presso il nostro stand proprio accanto al campo erboso.



Iscrizione gruppi – Giornata PluSport Macolin

Club sportivo/Istituzione

Responsabile del gruppo durante la giornata: Cognome/Nome

Indirizzo CAP/Città

Cellulare (obbligatorio) E-mail

Offerte:

- Offerta base (compilare anche la «Lista dei partecipanti all'offerta base»)
- Competizione per gruppi (compilare anche la «Lista dei partecipanti alla competizione per gruppi»)
- Arrivo con car, minibus, auto Arrivo con TP

Numero di partecipanti

Numero di monitori

Ordiniamo opuscoli con il programma della Giornata PluSport.

Il nostro gruppo mangerà

- Sotto al tendone (senza portare pietanze da casa) Organizzeremo il nostro pranzo (picnic all'aperto)
- Fondazione Battenberg (take away)

L'assicurazione è di responsabilità dei partecipanti e dei gruppi. Il club che effettua l'iscrizione dichiara che tutti i partecipanti registrati godono di uno stato di salute che permette loro di prendere parte senza problemi alla Giornata PluSport. Il/la firmatario/a conferma la correttezza delle informazioni indicate e l'accettazione del regolamento tecnico e del regolamento «Fit+Fun».

Data Firma

Si richiede contatto per It's Showtime

Termine per le iscrizioni: 8 maggio 2020

Per l'iscrizione individuale vedi retro

Partecipanti alla competizione per gruppi

Club sportivo/istituzione

Il gruppo deve essere composto di 4 sportivi. Competizione per gruppi (senza orario fisso):

- 1 Nuoto a staffetta (4x25m)
- 2 «Fit+Fun» (3 discipline a 2 esercizi. Contano i 3 migliori risultati (a tempi autonomi)).

Nome del gruppo		Competizione per gruppi			
Cognome	Nome	Data di nascita	f/m	1	2
			/		
			/		
			/		
			/		

Nome del gruppo		Competizione per gruppi			
Cognome	Nome	Data di nascita	f/m	1	2
			/		
			/		
			/		
			/		

Nome del gruppo		Competizione per gruppi			
Cognome	Nome	Data di nascita	f/m	1	2
			/		
			/		
			/		
			/		