

DOLOMITI SUMMER CAMP – COSA PORTARE

- **Per il viaggio di andata**
 - Pranzo al sacco.

- **Attrezzatura tecnica per l'allenamento**
 - **Volley:** ginocchiere, scarpe tecniche, borraccia.
 - **Calcio:** parastinchi, scarpe tecniche (campo in erba vera), borraccia.
 - **Sincro:** costume, attrezz. Tecniche specifiche, borraccia.

- **Abbigliamento sportivo e quotidiano**
 - 12 T-shirt di cotone. (Regaleremo un kit di rappresentanza che utilizzeremo solo in alcuni momenti specifici, ogni atleta farà gli allenamenti con il proprio abbigliamento tecnico)
 - 2 tute, 2 paia di scarpe da ginnastica, felpe, maglione pesante, K-way, pantaloncini corti.
 - Abbigliamento intimo per 7 giorni (slip, calze di cotone, canottiere).
 - Pigiama.

- **Calzature e accessori**
 - Ciabatte per camera e per doccia/piscina.
 - Costume da bagno, accappatoio o telo da mare, cuffia (obbligatoria per la piscina).

- **Igiene personale**
 - Trousse con prodotti per l'igiene personale.
 - 1 asciugamano per il viso.
 - 1 asciugamano per la doccia.

- **Medicinali**
 - Eventuali medicinali abituali o saltuari dovranno essere consegnati alla partenza, in una **busta chiusa con indicazioni dettagliate**, e saranno gestiti dal medico del Camp.

- **Denaro**
 - Una modica cifra per piccole spese extra (gelato ecc.)

- **Bagagli**
 - Massimo **2 borsoni/valigie**.
 - Marchiare tutti gli indumenti con nome e cognome.

- **Dispositivi elettronici**
 - L'uso del **telefonino e altri device elettronici** non sarà consentito durante allenamenti, attività di animazione e pasti. Si consiglia di **non portarli**.
 - **AD BIC GENOVA declina ogni responsabilità** in caso di furti, smarrimenti o danneggiamenti.

Per chiarimenti: Giulio Attardi: **3383651250 - info@atpcamp.it**