

RUGBYROOTS

Dedicata ai bimbi **da 3 a 5 anni** (nati nel 2019 e nel 2020), Rugby Bergamo propone **RUGBYROOTS**, un'entusiasmante attività di rugby svolta in totale comfort e sicurezza nelle strutture della società e dentro una splendida struttura coperta a partire da **ottobre 2023** fino a **giugno 2024**.

Potrai partecipare a una lezione gratuita di **RUGBYROOTS** (Open Day su prenotazione) e se l'esperienza ti sarà piaciuta ti potrai iscrivere alle ulteriori lezioni del corso come specificato nei dettagli dell'attività.

Con l'**iscrizione iniziale di 30€** avrai la copertura assicurativa per la stagione sportiva in corso e un kit di benvenuto.

Le **lezioni indoor** si svolgono nella palestra della Casa dello Sport di Bergamo, in via Monte Gleno 2/L, vicino alla sede e ai campi della Rugby Bergamo dove si svolgeranno le **lezioni outdoor**. La lezione dura 45 minuti. Il **CORSO 1** si svolge tutti i sabati dalle 14.00, mentre il **CORSO 2** si svolge tutti i mercoledì dalle 16.30.

I corsi **RUGBYROOTS** si svolgono in totale sicurezza, le lezioni sono sessioni di gioco basate sulle abilità motorie fondamentali che caratterizzano il gioco del Rugby come il passaggio, calciare il pallone, prendere il pallone, l'agilità, la consapevolezza dello spazio e dell'equilibrio.

Tutti i **nostri educatori** hanno una formazione adeguata per offrire un servizio di qualità al tuo bambino. La presenza dei genitori/tutori è richiesta a bordo campo per fare il tifo e incoraggiare i bambini. In alcune fasi di gioco l'educatore potrà invitarli in campo per giocare e divertirsi insieme ai propri bambini.

I vestiti e le scarpe che sono graditi al tuo bambino vanno benissimo per divertirsi ai corsi **RUGBYROOTS**. Utilizziamo solo attrezzatura e palloni di dimensioni e materiali adatti all'età dei bambini.

Frequentando **RUGBYROOTS** i bambini avranno possibilità di iniziare a vivere lo sport in sicurezza, divertendosi e lavorando sulla fiducia in sé stessi. Se poi, crescendo, volessero scegliere il mini-rugby, la Rugby Bergamo può permettere loro di continuare a giocare in un ambiente sicuro ed accogliente anche quando saranno più grandi.

PROGRAMMA 2023/24

I corsi saranno strutturati in 3 trimestri da 10 lezioni ognuno

CORSO 1 (Sabato 14.00/14.45)

MODULO 1

OTTOBRE 2023	NOVEMBRE 2023	DICEMBRE 2023	GENNAIO 2024
Sabato 7	Sabato 4	Sabato 2	Sabato 13
Sabato 21	Sabato 18	Sabato 16	
Sabato 28	Sabato 25	Sabato 23	

MODULO 2

GENNAIO 2024	FEBBRAIO 2024	MARZO 2024
Sabato 27	Sabato 3	Sabato 2
	Sabato 10	Sabato 9
	Sabato 17	Sabato 16
	Sabato 24	Sabato 23
		Sabato 30

MODULO 3

APRILE 2024	MAGGIO 2024	GIUGNO 2024
Sabato 6	Sabato 4	Sabato 1
Sabato 13	Sabato 11	Sabato 8
Sabato 20	Sabato 18	
Sabato 27	Sabato 25	

Per informazioni su costi e prenotazione agli open day contattate la casella email info@rugbybergamo1950.it

PROGRAMMA 2023/24

I corsi saranno strutturati in 2 trimestri da 10 lezioni ognuno

CORSO 2 (Mercoledì 16.30/17.15)

MODULO 1

GENNAIO 2024	FEBBRAIO 2024	MARZO 2024
Mercoledì 17	Mercoledì 7	Mercoledì 6
Mercoledì 24	Mercoledì 14	Mercoledì 13
Mercoledì 31	Mercoledì 21	Mercoledì 20
	Mercoledì 28	

MODULO 2

APRILE 2024	MAGGIO 2024	GIUGNO 2024
Mercoledì 3	Mercoledì 8	Mercoledì 5
Mercoledì 10	Mercoledì 15	
Mercoledì 17	Mercoledì 22	
Mercoledì 24	Mercoledì 29	

Per informazioni su costi e prenotazione agli open day
Contattate la casella email info@rugbybergamo1950.it