



**CAMP NUOTO  
SINCRONIZZATO**

**#SEMPREINVASCA**  
con la campionessa Ucraina  
**KSENIYA SYDORENKO**  
**Piscina di Riccione dal 3 al 9 Settembre 2018**

Un Camp tutto nuovo ed interamente dedicato al Nuoto Sincronizzato che avrà a disposizione fra i suoi tecnici anche la Campionessa Ucraina Kseniya Sydorenko, atleta plurimedagliata a livello mondiale.

Il Camp è aperto a tutte le atlete Propaganda ed Agonismo dai 12 anni compiuti, ma è aperto anche ad allenatrici che desiderano approfondire ed ampliare il proprio bagaglio tecnico.

Allenamenti della durata di sei ore circa al giorno e due mezza giornate di svago nei parchi tematici della zona, escursioni o relax in spiaggia e piscina, sempre accompagnati da responsabili del campo con rapporto tecnico/ragazze di 1/15.

Durante il Camp verrà approfondita la tecnica di base, dando spazio a spinte, prese, tuffi e coreografie. Mezza giornata di briefing per parlare di respirazione, alimentazione e gestione dello stress pre-gara.

Sistemazione in hotel a 3 o 4 stelle in stanze triple o quaduple, in base a disponibilità ed esigenze specifiche.

Materiale occorrente standard: costumi (anche due pezzi se sportivi), cuffie, tappa-naso, occhialini, banda elastica e tappetino.

Camp a numero chiuso per garantire uno svolgimento ottimale e particolare attenzione nei confronti di ogni atleta.

Costo complessivo per 7 giorni e 6 notti: Euro 490,00 a partecipante. E' possibile scegliere anche il solo pacchetto "daily" a Euro 300,00 dal quale sono escluse colazione, cena e pernottamento.

Previsti pacchetti per società e promozioni per genitori che desiderano trascorrere una settimana al mare.

Ulteriori dettagli sul sito web della Uisp Nuoto Emilia-Romagna, pagine social di Nicola Bisacchi ed associazione Festival & Contest.

INFO: <http://www.uisp.it/emiliaromagna/nuoto/sincronizzato> - mail: [ilario.pontieri@alice.it](mailto:ilario.pontieri@alice.it) - cellulare: 345 383 8322

Iscrizioni da effettuarsi entro il 29 LUGLIO 2018 inviando mail a: [nuoto.sincro@uisper.info](mailto:nuoto.sincro@uisper.info)