



Club socio fondatore  
**FTGI Lambro Rugby ASD**

**CIRCOLARE INFORMATIVA**  
**ASD Rugby Monza 1949**  
**stagione 2019/2020**

[www.rugbymonza.it](http://www.rugbymonza.it)



## Calendario generale

IN ATTESA DI RICEZIONE DEL CALENDARIO FIR 2019/20

Data		Evento
mercoledì 21 agosto 2019	Struttura MONZA	Avvio stagione sportiva 2019/2020
giovedì 22 agosto 2019	Seniores Femminile	raduno e avvio attività
	Juniors u16/18 Femminile	raduno e avvio attività
martedì 27 agosto 2019	Under 18 FTGI	raduno e avvio attività
	Under 16 FTGI	raduno e avvio attività
	Seniores Maschile	raduno e avvio attività
lunedì 2 settembre 2019	Under 14	raduno e avvio attività
	Old	raduno e avvio attività
venerdì 6 settembre 2019	Seniores Femminile Juniors Femminile	6-8 settembre Ritiro (luogo da confermare)
domenica 8 settembre 2019	Under 18 FTGI	Amichevole (data e avversario da confermare)
	Under 16 FTGI	Amichevole vs ASR
lunedì 9 settembre 2019	Under 12	raduno e avvio attività
martedì 10 settembre 2019	Minirugby	raduno e avvio attività
giovedì 12 settembre 2019	Scuole	Inizio attività scolastica
	Juniors u14 Femminile	Avvio attività
	Minirugby	Under 6 / 8 / 10 - attività sospese per OD
venerdì 13 settembre 2019	Under 12	Under 12 - attività sospese per OD
sabato 14 settembre 2019	Minirugby + u12	Open day
	Seniores Femminile	All congiunto ed amichevole Vs/@Parabiago
domenica 15 settembre 2019	Seniores Maschile	Amichevole (data e avversario da confermare)
	Under 16 FTGI	Amichevole vs Bergamo 1950
giovedì 19 settembre 2019	Minirugby	Under 6 / 8 / 10 - attività sospese per OD
venerdì 20 settembre 2019	Under 12	Under 12 - attività sospese per OD
sabato 21 settembre 2019	Minirugby + u12	Open day
domenica 22 settembre 2019	Seniores Maschile	Amichevole Vs/@CUS Pavia
giovedì 26 settembre 2019	Minirugby	Under 6 / 8 / 10 - attività sospese per OD
venerdì 27 settembre 2019	Under 12	Under 12 - attività sospese per OD
sabato 28 settembre 2019	Minirugby + u12	Open day
domenica 29 settembre 2019	Seniores Maschile	amichevole vs Chicken Rozzano
	u18 - u16 Femminile	All congiunto e amichevole vs CUS Torino in casa
	Seniores Femminile	Amichevole vs CUS Torino in casa
martedì 1 ottobre 2019	Sen - u18 - u16	Avvio attività trasversali Skills Individuali
sabato 5 ottobre 2019	Minirugby	Festa avvio Minirugby (consegna maglie)
domenica 6 ottobre 2019	Seniores Maschile	Torneo Cesano B.ne (Cinghiali/ASR)
	Seniores Femminile	I Andata - Campionato serie A femminile
sabato 12 ottobre 2019	Old	OLD - Torneo Poletti
sabato 19 ottobre 2019	Under 12	Torneo Under 12, "Corona Ferrea" (Data da confermare)
domenica 20 ottobre 2019	Seniores Maschile	I Andata - Campionato serie C Maschile
	Minirugby	Torneo di minirugby, "Corona Ferrea" (Data da confermare)
venerdì 1 novembre 2019	Struttura MONZA	Ognissanti (attività sportiva sospesa)
lunedì 23 dicembre 2019	Struttura MONZA	Vacanze natalizie
lunedì 6 gennaio 2020	Struttura MONZA	(attività sportiva sospesa)
lunedì 3 febbraio 2020	Minirugby	Torneo di minirugby, "Trofeo della Merla" (Data da confermare)
lunedì 24 febbraio 2020	Struttura MONZA	Vacanze di Carnevale
martedì 25 febbraio 2020	Struttura MONZA	(attività sportiva sospesa)
sabato 4 aprile 2020	Under 12	Torneo under 12, "Città di Monza" (Data da confermare)
domenica 5 aprile 2020	Minirugby	Torneo di minirugby, "Città di Monza" (Data da confermare)
giovedì 9 aprile 2020	Struttura MONZA	Vacanze pasquali
martedì 14 aprile 2020	Struttura MONZA	(attività sportiva sospesa)
sabato 25 aprile 2020	Struttura MONZA	Anniversario della Liberazione (attività sportiva sospesa)
venerdì 1 maggio 2020		Avvio attività di transizione annate
venerdì 1 maggio 2020	Struttura MONZA	Primo maggio (attività sportiva sospesa)
domenica 31 maggio 2020	Seniores Maschile	Torneo Seven Discepoli (Data da confermare)
martedì 2 giugno 2020	Struttura MONZA	Festa della Repubblica (attività sportiva sospesa)
lunedì 8 giugno 2020	Scuole	Fine attività scolastica

**NOTA:** QUESTO CALENDARIO È ANTICIPATO AI SOCI PER CONSENTIRE UNA VISIBILITÀ ANNUALE DEGLI IMPEGNI CON SPECIFICA ATTENZIONE AI MESI DI SETTEMBRE ED ALLE PAUSE, E' TUTTAVIA DA CONSIDERARSI PROVVISORIO E PASSIBILE DI QUALCHE RITOCCHIO IN QUANTO PRODOTTO BEN PRIMA DI AVERE INFORMAZIONI SUI CAMPIONATI, VERIFICARE CON IL TM I DETTAGLI DELLA PROGRAMMAZIONE.



## ASD Rugby Monza 1949

codice affiliazione FIR: 190624  
indirizzo: via Iseo 1, 20900 MONZA – MB

email: [LOMB.ASRUGBYMONZA@FEDERUGBY.IT](mailto:LOMB.ASRUGBYMONZA@FEDERUGBY.IT)  
C.F. 94534390151 - Partita IVA 02626350967

### Tesseramento

<b>SOCIO - rinnovo</b>	<b>295 €</b>
<b>SOCIO - primo tesseramento (con kit gara)</b>	<b>350 €</b>
<b>SOCIO - sconto familiari</b>	<b>50 €</b>
<b>SOCIO sostenitore (non giocatore)</b>	<b>30 €</b>

Le indicazioni per l'iscrizione all'associazione e per il tesseramento e i relativi moduli sono disponibili sul sito <http://www.rugbymonza.it/iscriviti/>:

- Mod 12 – Tesseramento FIR (MINORI – MAGGIORENNI – OLD – dirigenti e personale dell'associazione)
- Manleva per allenamenti di prova
- Autorizzazione atleti 2001 minorenni (per gioco in I e II linea) CONSENSO SCRITTO DEL GENITORE
- Autorizzazione atleti 2002 (attività seniores con esclusione dei ruoli di prima e seconda linea) CONSENSO SCRITTO GENITORE
- Dichiarazione di Adesione alla FTGI

**Nota:** Ad eccezione dei debuttanti, per i quali è disponibile il modulo di manleva per tre sessioni di prova, il tesseramento è assolutamente indispensabile per ogni tipo di attività: allenamenti, partite o utilizzo della palestra e della pista. A partire da settembre non sarà consentita la pratica in assenza di una copertura assicurativa e dell'adesione al club. Per le stesse motivazioni e per il rispetto del Regolamento non sarà consentita la pratica agonistica (partite ufficiali o amichevoli) in assenza dei certificati medici richiesti per la specifica categoria. In dettaglio:

- **fino a 11 anni** certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica (D.M. 24/04/2013), con riferimento al tracciato di un elettrocardiogramma;
- **a partire da 12 anni** certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica del rugby (art. 5 – D.M. 18/2/82);
- **per i minorenni** è richiesto il certificato vaccinale delle obbligatorie;
- **per i maggiorenni** è richiesto il certificato vaccinale per l'antitetanica.

Il modulo di richiesta per rimborso SSN della visita può essere richiesto in Segreteria.

### **Nota (solo nuovi tesserati e nati anno 2005)**

Al momento del tesseramento è possibile richiedere la *Nota informativa sul tesseramento e sull'accettazione del vicolo sportivo*.



**Organo direttivo (Consiglio)**  
email : [consiglio@rugbymonza.com](mailto:consiglio@rugbymonza.com)

**Presidente**, RAPPORTI CON DIREZIONE SPORTIVA, RESPONSABILE STRUTTURA SANITARIA, REFERENTE OLD

GIULIO CESARE CICUTTO email:

[giuliocesare.cicutto@gmail.com](mailto:giuliocesare.cicutto@gmail.com)

**Vicepresidente**, RESPONSABILE SPONSORIZZAZIONI, COMUNICAZIONE, RAPPORTI CON ISTITUZIONI, FRANCHIGIA E DIREZIONE SPORTIVA,  
R. MAZZA

**Tesoriera**, RESPONSABILE BANDI

T. PENATI

**Consigliere**, RESPONSABILE EVENTI E FORNITURE MATERIALE TECNICO, REFERENTE SETTORE FEMMINILE E SENIORES MASCHILE,

A. PAMPURI

**Consigliere**, RESPONSABILE MERCHANDISING, REFERENTE SETTORE MINIRUGBY E PROPAGANDA

S. ACETI

email: [merchandising@rugbymonza.com](mailto:merchandising@rugbymonza.com)

**Consigliere**, RESPONSABILE STRUTTURA, SICUREZZA E CLUB HOUSE.

P. CODA

**Consigliere**, RESPONSABILE MINIRUGBY

M. ZANENGA

Documenti sociali e associativi (disponibili sul sito a partire dal 1° agosto 2019):

- **Statuto dell'Associazione**
- **Regolamento dell'Associazione**
- **Codice etico**
- **Mansionario**



## Struttura tecnico-sportiva

Campo di gioco: Campo nord "A. Chiolo"  
Campo sud "A. Rosmini"  
Indirizzo: via Antonio Rosmini 71, 20900 Monza MB (parallela via Sanquirico)

---

### Direzione sportiva

A. Davanzo

email: [andrea.davanzo@rugbymonza.com](mailto:andrea.davanzo@rugbymonza.com)

Delega settore maschile: da definire

Delega settore femminile: F. Turrisi

Responsabile minirugby: S. Aceti / M. Zanenga

Progetto tecnico-sportivo:

DISPONIBILE SUL SITO ASD RUGBY MONZA 1949

Regolamento organico:

[link R.O.](#)

Regolamento di gioco:

[link Regolamento](#)

Circolare informativa 2019/20:

[link C.I. 19/20](#)

[https://www.federugby.it/index.php?option=com\\_docman&task=doc\\_view&gid=7515&tmpl=component&format=raw&Itemid=787](https://www.federugby.it/index.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=7515&tmpl=component&format=raw&Itemid=787)

---

### Segreteria

A. Girola

email: [segreteria@rugbymonza.com](mailto:segreteria@rugbymonza.com)

orario segreteria:

lun-mar-(mer solo set/ott)-gio-ven 17.30-20.00

telefono:

+39 393 9580314

---

### Responsabili sviluppo Club:

F. Maconi [fascia Seniores/Juniores]

G. Colombo [fascia mini/U12]

email: [DT@rugbymonza.com](mailto:DT@rugbymonza.com)

Responsabili Sviluppo Skills

TECNICA MISCHIA – E. Principe / F. Turrisi

TRE/QUARTI E MEDIANI – G. Pegoraro

calendario attività (provvisorio):

(da definire)

Responsabili preparazione fisica e palestra

F. Maconi

Preparatori: G. Colombo / G. Pozzi

Supervisione attività palestra: Maconi

---

### Responsabili area medicina/fisioterapia:

GIULIO CESARE CICUTTO [coordinamento]

Medico sociale

da definire

Fisioterapista sociale

CNG Fisio

Fare riferimento ai TM per le prenotazioni di fisioterapia e osteopatia



## SETTORE FEMMINILE



**RINGHIO**

POWERED BY PARTNERS:



**RED PEPPERS**



**R.CERNUSCO**

CLUB TUTORATI



**RED DUCKS**



**RUGBY ORIO**



**RUGBY TRADATE**



**MOSQUITO R.**

Squadra		Seniores [1st XV]	
anno di nascita: dal 1977 al 2001			
2001 a lista in 1°/2° linea solo con consenso scritto dei genitori (minori)			
2002 solo se maggiorenni o con consenso scritto dei genitori, mai 1°/2° linea			
<b>Tecnici:</b>	F. TURRISI M. TARENZI / D. PESCARI SKILLS: D. BOLZANI "BOBO" SKILLS: A. COLOMBO	<b>Prep. Fisico / Fisio</b>	M. TARENZI
		<b>Medico</b>	A. COLOMBO
<b>Team Manager:</b> supporto organizzazione e logistica	A. Allaria / S. Tavecchia	<b>contatto:</b>	TMSenioresF@rugbymonza.com

Squadra		Juniores [under 14 / 16 / 18]	
anno di nascita: U18 2002/2003 (+ 2 x 2001) – U16 2004/2005 (+ 2 x 2003) – U14 2006/2007			
<b>Tecnici:</b>	SUPERVISIONE F. TURRISI IN CAMPO: M. PAGANI M. RIGON, C. CACCINI	<b>preparazione fisica:</b>	VEDI SQUADRA SENIORES
<b>Team Manager:</b> supporto organizzazione e logistica	A. Allaria / S. Tavecchia	<b>contatto:</b>	TMJunioresF@rugbymonza.com

	Day 1	Day 2	Day 3	Match	Palestra
<b>Under 14 F</b>	Lunedì H19:00/20:30 [sedi a rotazione Monza/ASR]	Giovedì H18:00/19:30 @ Cernusco	-	Domenica [sedi a rotazione]	
<b>Under 16 F</b>			Venerdì H19:00/20:30 Monza C. Nord + Ovest	Domenica [sedi a rotazione]	@ASR Lun H19:00/21:00
<b>Under 18 F</b>	Martedì H20:30/22:00 Monza C. Nord + Ovest	Giovedì H20:30/22:00 [sedi a rotazione ASR/CE]	Venerdì H20:30/22:00 Monza C. Nord + Ovest	Domenica [sedi a rotazione]	@Monza secondo orari di disponibilità
<b>Sen F</b>				Domenica h14:30 [sedi a rotazione]	
<b>Skills F</b>	I e III martedì del mese (date/sedi da definire)				

Info Campionato FIR Femminile 2019/2020 Serie A [a questo link](#)

Note: Pre-season 23 lug 6 ago, Season 22 ago – Ritiro 7-8 set

Data	Loc	Attività	Data	Loc	Attività
martedì 23 luglio 2019	Monza	Campo	giovedì 22 agosto 2019	Milano	Campo
mercoledì 24 luglio 2019	Milano	Palestra	martedì 27 agosto 2019	Monza	Campo
giovedì 25 luglio 2019	Milano	Campo	mercoledì 28 agosto 2019	Milano	Palestra
martedì 30 luglio 2019	Monza	Campo	giovedì 29 agosto 2019	Milano	Campo
mercoledì 31 luglio 2019	Milano	Palestra			
giovedì 1 agosto 2019	Milano	Campo			
martedì 6 agosto 2019	Monza	Campo			



## SETTORE MASCHILE



**LAMBRO RUGBY**

### FRANCHIGIA SENIORES

### FRANCHIGIA TERRITORIALE GIOVANILE UNDER 18 + UNDER 16



**RM 1949**



**IRIDE COLOGNO**



**MOSQUITO R.**



**GEAS S.S. GIOVANNI**

<b>Squadra</b>	<b>Seniores</b> anno di nascita: dal 1977 al 2001 2001 a lista in 1°/2° linea solo con consenso scritto dei genitori (minori) 2002 solo se maggiorenni o con consenso scritto dei genitori, mai 1°/2° linea	
<b>Tecnici:</b>	M. TOMMASI E. PRINCIPE / G. PEGORARO	<b>preparazione e fisica:</b> F. MACONI
<b>Team Manager:</b>	R. COTI [MAIL.R.COTI1@GMAIL.COM]	<b>contatto:</b> <a href="mailto:TMSeniores@lambrorugby.it">TMSeniores@lambrorugby.it</a> (da attivare)

<b>Squadra</b>	<b>Under 18</b> anno di nascita: 2002/2003 (+ 8 x 2001)	
<b>Tecnici:</b>	F. BRAIDA P. ZAGHETTI, R. RAVAZZA	<b>preparazione fisica:</b> G. POZZI
<b>Team Manager:</b>	DA DEFINIRE	<b>contatto:</b> <a href="mailto:TMunder18@lambrorugby.it">TMunder18@lambrorugby.it</a> <b>da attivare</b> , fino ad allora utilizzare contatti TM Rugbymonza

<b>Squadra</b>	<b>Under 16</b> anno di nascita: 2004/2005	
<b>Tecnici:</b>	F. MACONI G. ELEMI, D. DAVANZO R. SORIENTE, A. FUMAGALLI	<b>preparazione fisica:</b> F. MACONI
<b>Team Manager:</b>	DA DEFINIRE	<b>contatto:</b> <a href="mailto:TMunder16@lambrorugby.it">TMunder16@lambrorugby.it</a> <b>da attivare</b> , fino ad allora utilizzare contatti TM Rugbymonza

Note: Allo stato delle attuali informazioni "informali", FIR e Crl intenderebbero aggiornare la struttura dei campionati giovanili trasformando i barrage a partita secca di settembre in una prima fase a gironi territoriali per consentire la composizione di gironi meritocratici a Novembre. I risultati di questo primo girone di spareggio dovrebbero dare il quadro dei successivi turni territorialmente più estesi fino a diventare (terzo turno) interregionali. Non si è in grado attualmente di dare un miglior dettaglio a monte della riunione campionati CRL solitamente programmata nei primi giorni di settembre.

	Day 1	Day 2	Day 3	Match	Palestra
<b>Under 16</b>	Martedì H19:00/20:30 @Monza (RM+Mosquitos) @Cologno (Iride + Geas)	Giovedì H19:00/20:30 @ Iride Cologno	Venerdì H19:00/20:30 Monza C. Nord + Ovest	Domenica h11:00 [sedi a rotazione]	Mercoledì H18:30/20:00 Palestra Monza
<b>Under 18</b>	Martedì H19:30/21:00 @Monza (RM+Mosquitos) @Cologno (Iride + Geas)	Giovedì H19:30/21:00 Monza C. Nord	Venerdì H19:30/21:00 @ Iride Cologno	Domenica h12:30 [sedi a rotazione]	Mercoledì H18:30/20:00 Palestra Monza
<b>Sen M</b>	Martedì H20:30/22:00 (rotazione mensile)	Mercoledì H20:30/22:00 @ Iride Cologno	Venerdì H20:30/22:00 Monza C. Nord + Ovest	Domenica h14:30 [sedi a rotazione]	Lun/Gio H19:00/21:00 Palestra Monza



## SETTORE MASCHILE PROPAGANDA



<b>Squadra</b>	<b>Under 14</b> anno di nascita: 2006/2007 (M)		
<b>Tecnici:</b>	G. COLOMBO A. GALBIATI	<b>preparazione fisica:</b>	G. COLOMBO
<b>Team Manager:</b>	DA DEFINIRE	<b>contatto:</b>	<a href="mailto:TM14@rugbymonza.com">TM14@rugbymonza.com</a>

## SETTORE MISTO MINIRUGBY / PROPAGANDA



<b>Squadra</b>	<b>Under 12</b> anno di nascita: 2008/2009 (M+F)		
<b>Tecnici:</b>	L. GRASSI A. CASATI, M. DAMPIERRE (ASS.)		
<b>Team Manager:</b>	DA DEFINIRE	<b>contatto:</b>	<a href="mailto:TM12@rugbymonza.com">TM12@rugbymonza.com</a>



<b>Squadra</b>	<b>Under 9-10</b> anno di nascita: 2010/2011 (M+F)		
<b>Tecnici:</b>	S. BAIO E. TAVECCHIA, M. DAMPIERRE (ASS.)		
<b>Team Manager:</b>	DA DEFINIRE	<b>contatto:</b>	<a href="mailto:TM10@rugbymonza.com">TM10@rugbymonza.com</a>



<b>Squadra</b>	<b>Under 8</b> anno di nascita: 2012/2013 (M+F)		
<b>Tecnici:</b>	M. PAGANI L. COMI, S. TURRISI		
<b>Team Manager:</b>	DA DEFINIRE	<b>contatto:</b>	<a href="mailto:TM08@rugbymonza.com">TM08@rugbymonza.com</a>



<b>Squadra</b>	<b>Under 6</b> Anno di nascita: 2014 (M+F)		
<b>Tecnici:</b>	C. CAVALCA L. VILLA, D. CRIPPA		
<b>Team Manager:</b>	DA DEFINIRE	<b>contatto:</b>	<a href="mailto:TM06@rugbymonza.com">TM06@rugbymonza.com</a>



	Day 1	Day 2	Day 3	Match	Palestra
<b>Under 6</b>	Martedì H18:00/19:00 Monza Campo Nord	Giovedì H18:00/19:00 Monza Campo Nord		Domenica mattina	-
<b>Under 8</b>	Martedì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Giovedì H18:00/19:30 Monza Campo Nord		Domenica mattina	-
<b>Under 10</b>	Martedì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Giovedì H18:00/19:30 Monza Campo Nord		Domenica mattina	-
<b>Under 12</b>	Lunedì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Mercoledì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Venerdì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Domenica mattina	-
<b>Under 14</b>	Mercoledì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Mercoledì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Venerdì H18:00/19:30 Monza Campo Nord	Sabato pomeriggio	su richiesta e sotto supervisione



## SETTORE OLD



<b>Squadra</b>	<b>OLD / Vet</b> dal 42° anno di età (se Veterans), oltre i 36 anni (Old principiante)		
<b>Tecnici:</b>	A. Abate "Principe"		
<b>Team Manager:</b>	C. Corollo "Kowalsky" ass. L. Loffredo "Parola"	<b>contatto:</b>	TMOLD@rugbymonza.com



	<b>Day 1</b>	<b>Day 2</b>	<b>Match</b>	<b>Palestra</b>
<b>Old</b>	Lunedì H20:00/21:30 Monza Campo Nord	Mercoledì H20:00/21:30 Monza Campo Nord	Sabato pomeriggio	@Monza secondo orari di disponibilità



## Uso delle strutture

Si ricorda che l'uso delle strutture sportive dell'associazione deve attenersi al massimo rispetto del regolamento con particolare attenzione alla cura della funzionalità e della pulizia delle parti comuni e delle attrezzature e degli strumenti di allenamento.

### Pista di atletica e campi

Durante gli orari di apertura del Centro sportivo "A. Rosmini", la pista e i campi sono a disposizione dei soci se non interferiscono con le attività di preparazione e di allenamento delle squadre.

In caso di uso al di fuori dell'orario del proprio settore è necessario coordinarsi con le squadre presenti per uso degli spogliatoi.

### Palestra

A partire dalla data di avvio della stagione sarà possibile utilizzare anche la palestra e la pista di atletica secondo i seguenti orari:

**LUNEDÌ e MARTEDÌ: 18:30-22:00** Seniores femminile, maschile e maggiorenni senza supervisione

**MERCOLEDÌ: 18:30-20:00** U16 e U18 con preparatore; **19:00-21:00** Sen F/M e maggiorenni senza supervisione

**GIOVEDÌ e VENERDÌ: 18:30-22:00** Seniores femminile, maschile e maggiorenni senza supervisione

**SABATO e DOMENICA:** palestra chiusa

Nota per TESSERATI maggiorenni Lambro rugby: sotto la propria responsabilità la palestra di Cologno è aperta da martedì a venerdì dopo le ore 14 (chiavi da chiedere al bar). Si raccomanda l'utilizzo di programmi standard di lavoro o alternativamente richiedere specifica scheda lavoro ai tecnici di franchigia,

Per un utilizzo della palestra e dei pesi corretto e sicuro attenersi a queste indicazioni:

- nelle **fasce orarie senza supervisione** il preparatore è presente nella struttura, ma non è garantita la sua presenza in palestra. È comunque possibile concordare la presenza in palestra del preparatore, ma in questo caso – di conseguenza – non sarà presente nella struttura.
- **programmi di allenamento:** in palestra nella cartella *Programmi standard* sono presenti dei programmi di allenamento "generici"; se qualcuno ha particolari esigenze o desidera un programma personalizzato può discuterne con il preparatore della propria fascia.
- **rispetto macchinari, attrezzi e locale palestra:** utilizzare solo scarpe da ginnastica (non altri tipi di scarpa) in palestra. Le persone che usufruiscono della palestra al termine dell'attività devono mettere in ordine l'attrezzatura utilizzata. Se del materiale si rompe o risulta difettoso deve essere segnalato al preparatore. Non utilizzare materiale in modo improprio o pericoloso. Non sporcare l'area della palestra.

### Nota per la sicurezza dei minorenni

Gli atleti minorenni possono usufruire della palestra negli orari indicati o sotto autorizzazione e supervisione del preparatore.