

COLLEGIALE 2011 A CHIANCIANO

DOVE

Hotel Eden
via Ticino 2 Chianciano
telefono 0578 64 0 61



QUANDO

partenza sabato 3 settembre ore 9:00
piscina di Ponterosso (ricordate che il pranzo è ... al sacco)
ritorno giovedì 8 settembre ore 13:00 (previste)
piscina di Ponterosso

ACCOMPAGNATORI

Lorenzo Donzelli (capo comitiva), Fabio Zinni, Rita Paolisso e Michael Guidarelli (i loro numeri di telefono sono stati inviati per e-mail).

IL PROGRAMMA QUOTIDIANO

ore 8:00 sveglia	ore 15:00 attività ludica
ore 9:00 colazione	ore 20:00 cena
ore 10:00 allenamento in piscina	ore 21:00 attività serale
ore 13:00 pranzo	ore 22:00 tutti a dormire

I CONSIGLI PER LA VALIGIA

È preferibile che ogni partecipante abbia una borsa per il normale soggiorno e una borsa per gli indumenti sportivi.

Non dimenticate:

- i ricambi consueti di biancheria per 5 giorni
- t-shirt e pantaloncini o similari per i momenti di relax
- pantaloni lunghi e felpa per i momenti più freschi
- k-way per qualche goccia di pioggia
- un cappellino se il sole batte forte
- tutto quelle che serve per l'igiene personale (spazzolino, dentifricio, bagno schiuma, pettine, ...)
- un buon libro per leggere (?!!)



- costumi
- accappatoio
- asciugamano
- cuffie
- occhialini
- ciabatte
- scarpe da ginnastica
- calze di spugna
- t-shirt e pantaloncini per giocare e fare ginnastica
- crema solare



- ✓ Un foglio con tutti i numeri di telefono di mamma e papà, di casa e al lavoro; il telefonino sarebbe preferibile dimenticarlo a casa!
- ✓ Eventuali necessità particolari vanno segnalate, per scritto, a Lorenzo Donzelli al momento della partenza o, meglio, per e-mail (lollod_86@alice.it)