

## COMUNE DI NORCIA

### **Città natale di San Benedetto, Patrono d'Europa**

Anticamente chiamata Nursia, Norcia è situata nel cuore della Valnerina, nella parete occidentale della pianura di Santa Scolastica, a poco più di 600 metri d'altitudine, al centro di un'area ricca di testimonianze archeologiche che confermano la presenza dell'uomo fin dal paleolitico medio. Fu importante centro strategico sabino che trasse il nome da Northia, divinità propiziatrice di fortuna, venerata dagli etruschi.

### **Nel 480 nacquero a Norcia i Santi gemelli Benedetto e Scolastica.**

Prima del disboscamento della montagna dovuto all'autarchia agraria dei piccoli comuni, i coloni nursini utilizzavano la ghianda per il pascolo e l'allevamento di mandrie suine. Gli agricoltori si erano quindi specializzati nell'anatomia, mattazione, castrazione, cura di accessi dei suini, per vendere poi i prodotti salati alle città vicine. Fu il loro mestiere a formare a Preci il terreno adatto per apprendere con facilità dai monaci benedettini dell'abbazia di Sant'Eutizio collegati con la scuola salernitana, l'anatomia del corpo umano e le operazioni di litotomia ed erniotomia della nota "Scuola Chirurgica". La loro fama ben presto varcò i confini della penisola e approdò in varie corti europee. Dal punto di vista geografico e naturalistico *Norcia* è collocata nel punto di raccordo di due realtà paesaggistiche assai diverse ma contigue: la Valnerina, ovvero il comprensorio della stretta valle fluviale scavata dal fiume Nera e dai suoi affluenti, con le sue pendici montane scoscese ricoperte di vegetazione a foglia caduca, e i Monti Sibillini, in grado di raggiungere e superare i 2000 metri di altezza. I boschi che circondano la valle sono popolati dal capriolo, dal gatto selvatico e dallo scoiattolo mentre negli anni passati, grazie ad opere di ripopolamento, ha potuto fare la sua ricomparsa anche il cinghiale. Nelle faggete di alta montagna sono segnalati alcuni piccoli branchi di lupo appenninico, che vivono però in difficile equilibrio con la presenza umana legata soprattutto alla pastorizia, ampiamente praticata nella zona. Rara ma presente l'aquila reale, mentre sono relativamente frequenti le specie del falco pellegrino, del picchio rosso e del picchio muraiolo.

Nelle acque del Lago di Pilato, un piccolo bacino lacustre dal livello variabile, alimentato dallo scioglimento nevoso, posto in una conca glaciale in prossimità della cima del Monte Vettore, vive una specie endemica di crostaceo: ilChirocefalo del Umbriasoni.



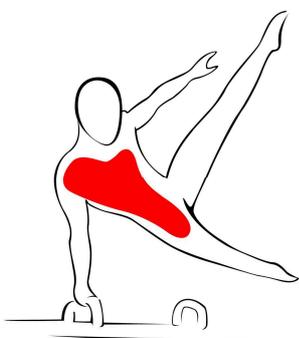
L'altopiano di Castelluccio di Norcia verso nord. A destra il Monte Vettore e la catena dei Monti Sibillini. I fenomeni carsici sono assai frequenti e in prossimità del centro urbano, a ridosso delle mura cittadine, danno luogo a delle risorgive localmente denominate *Marcite*, ovvero zone in cui l'acqua, raccolta e ridistribuita attraverso un razionale sistema di canali, allaga in maniera continuativa e controllata per lunghi periodi dell'anno ampie zone di terreno, consentendo la raccolta di un fieno abbondante.

In alta montagna il fenomeno si manifesta con la presenza di numerosi inghiottitoi che, soprattutto nella parte meridionale dell'altopiano del Castelluccio, sono ben visibili per estensione e morfologia.

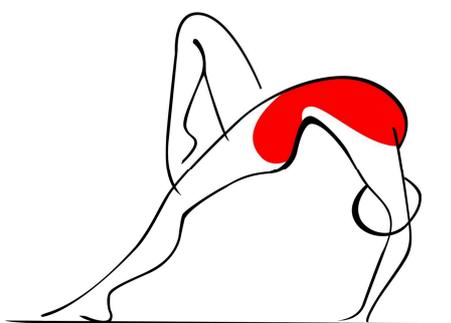
**Ed è in questa cornice** che il Comitato Umbria organizza il suo Gym Campus, presso il gruppo alberghiero "Ospitalità Bianconi"

Il Comitato regionale Umbria ha ottenuto il riconoscimento di “Campus Scuola Federale” sulla base dei seguenti progetti:

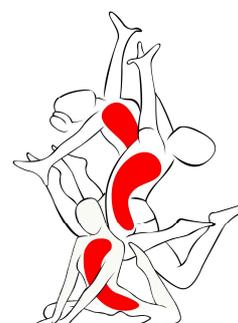
**GAM**



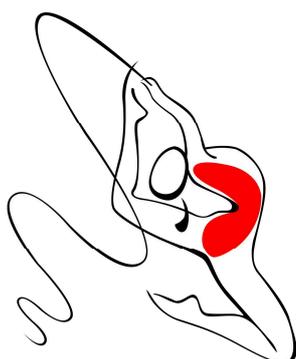
**GAF**



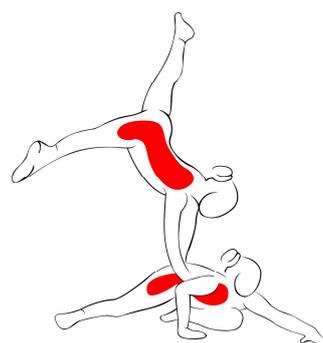
**GPT**

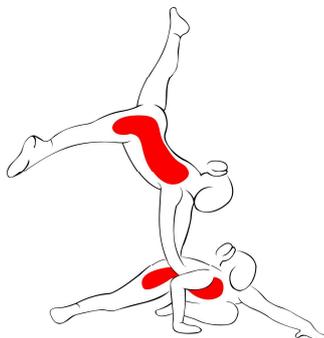


**GR**



**AE**





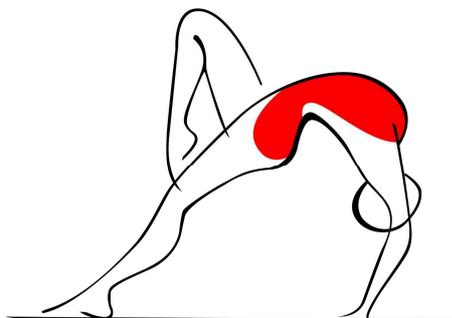
## **SEZIONE AEROBICA**

- PERIODO :** dal 19 luglio al 26 luglio
- TARGET:** Areo Dance – Areo Step
- ATT. FORM.:** MD7 / MD8 / MD4 / E2
- SEDE ADD.:** CENTRO SPORTIVO BIANCONI
- LOGISTICA:** Residence La Castellina  
Via Alfieri 12  
06046 Norcia  
0743 828076
- TECNICI:** Arianna Ciucci  
Reydel Duran Leon  
Graziella Bennati
- QUOTE:** euro 400.00 (6 gg. p.c.)  
euro 350.00 (6 gg. p.c. tecnici)  
euro 100.00 (ginnasta residente solo att. add.)  
euro 60.00 (tecnico residente solo att. add.)  
gratuità per un tecnico ogni 10 atleti di una stessa società
- PARTECIPANTI:** Minimo 25
- REFERENTE:** D.T.R. Carolina Argentiero
- SCADENZA ISCRIZIONI:** 23 Giugno 2014



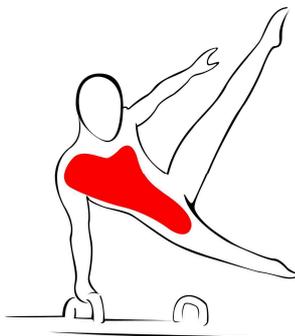
## **SEZIONE RITMICA**

- PERIODO :** dal 27 luglio al 2 agosto
- TARGET:** Camp. Categoria Allieve / Junior Categoria
- ATT. FORM.:** MD7 / MD8 / MD4 / E2
- SEDE ADD.:** CENTRO SPORTIVO BIANCONI
- LOGISTICA:** Residence La Castellina  
Via Alfieri 12  
06046 Norcia  
0743 828076
- TECNICI:** Bocchini Laura  
Malusardi Daniela
- QUOTE:** euro 400.00 (6 gg. p.c.)  
euro 350.00 (6 gg. p.c. tecnici)  
euro 100.00 (ginnasta residente solo att. add.)  
euro 60.00 (tecnico residente solo att. add.)
- PARTECIPANTI:** Minimo 25
- REFERENTE:** D.T.R. Laura Bocchini
- SCADENZA ISCRIZIONI:** 30 Giugno 2014



## **SEZIONE ARTISTICA FEMMINILE**

- PERIODO :** dal 31 agosto al 06 settembre
- TARGET:** Torneo allieve – Categoria Allieve – Torneo GpT
- ATT. FORM.:** MD7 / MD8 / MD4 / E2
- SEDE ADD.:** CENTRO SPORTIVO BIANCONI
- LOGISTICA:** Residence La Castellina  
Via Alfieri 12  
06046 Norcia  
0743 828076
- TECNICI:** Tecnici Federali / Nazionali
- QUOTE:** euro 400.00 (6 gg. p.c.)  
euro 350.00 (6 gg. p.c. tecnici)  
euro 100.00 (ginnasta residente solo att. add.)  
euro 60.00 (tecnico residente solo att. add.)
- PARTECIPANTI:** Minimo 25
- REFERENTE:** D.T.R. Marinelli Silvia
- SCADENZA ISCRIZIONI:** 10 Agosto 2014



## **SEZIONE ARTISTICA MASCHILE**

- PERIODO :** dal 31 agosto al 06 settembre
- TARGET:** Camp. Categoria Allievi / Junior – Torneo GpT
- ATT. FORM.:** MD7 / MD8 / MD4 / E2
- SEDE ADD.:** CENTRO SPORTIVO BIANCONI
- LOGISTICA:** Residence La Castellina  
Via Alfieri 12  
06046 Norcia  
0743 828076
- TECNICI:** Tecnici Federali / Nazionali
- QUOTE:** euro 400.00 (6 gg. p.c.)  
euro 350.00 (6 gg. p.c. tecnici)  
euro 100.00 (ginnasta residente solo att. add.)  
euro 60.00 (tecnico residente solo att. add.)
- PARTECIPANTI:** Minimo 25
- REFERENTE:** D.T.R. Bragoni Irene
- SCADENZA ISCRIZIONI:** 10 Agosto 2014

### LA QUOTA COMPRENDE

- **Trattamento di pensione completa per periodo programmato;**
- **Uso delle attrezzature e utilizzo degli impianti sportivi;**
- **Trasporto tra sede addestrativa e logistica;**
- **Assistenza tecnica dello staff;**
- **Gadget;**
- **Moduli didattici programmati;**
- **Riconoscimento di un Master Regionale.**

Per i **TECNICI**, la quota è comprensiva di tutte le attività formative previste nelle sedi e del riconoscimento di un **MASTER REGIONALE** maturato con la partecipazione al Campus. Gli Esami, dove previsti, rimangono a pagamento. (€ 50.00).

### QUOTA RESIDENTI

La quota residenti è riservata ad atleti e tecnici che non intendono usufruire della residenzialità (vitto e alloggio).

### ISCRIZIONI

Le Associazioni Sportive devono inviare le proprie adesioni al Campo Scuola Federale Territoriale al C.R. Umbria entro e non oltre le date indicate nelle rispettive sezioni compilando la domanda di iscrizione presente all'interno del sito web del C.R. Umbria allegando ricevuta del versamento tramite bonifico bancario della caparra di:

- **€ 100.00 per ginnasta/tecnico con trattamento di pensione completa**
- **€ 50.00 per ginnasta/tecnico residente**

Non sono ammesse partecipazioni per periodi parziali di allenamento, salvo motivate eccezioni.

A conferma dell'effettuazione del Gym Campus, le **Associazione Sportive** procederanno al saldo della quota **almeno 10 giorni prima dall'inizio del periodo addestrativo.**

IBAN: IT 94 W 01005 03001 000000010444  
intestato al Comitato Regionale Umbria F.G.I.  
Causale del bonifico: Gym Campus Umbria – *periodo - sezione*

Nel caso in cui non venga raggiunto il numero minimo di partecipanti le quote versate verranno restituite.

## **ATTIVITA' FORMATIVE**

Alle **ATTIVITA' FORMATIVE** potranno accedere tutti i tecnici e/o giudici regolarmente tesserati per l'anno sportivo in corso.

Le **ATTIVITA' FORMATIVE** sono **INTEGRATE** nelle attività addestrative, e sono specifiche per sezione.

### **MODULI DIDATTICI E QUOTE FORMAZIONE**

In particolare GYMCAMPUS riconosce i seguenti moduli didattici:

- **MASTER REGIONALE** – ai tecnici che parteciperanno a tutto il periodo addestrativo verrà riconosciuto un **MASTER REGIONALE, compreso nella quota di partecipazione**, denominato:

***Workshop applicativo esperienze teorico-pratiche di (SEZIONE) presso il Campo Scuola Federale Umbria "GYMCAMPUS".***

- **MODULI DIDATTICI MD4 – MD7 – MD8 compresi** nella quota per i tecnici partecipanti a tutto il periodo addestrativo e **a pagamento per gli iscritti ai soli moduli didattici**
- **ESAMI E1 – E2 - qualifica di 1° o di 2° LIV - quota esame € 50** sono previsti esami di primo e secondo livello E1 ed E2 alla fine di ogni modulo.
- **CREDITI FORMATIVI** – Ai tecnici che avranno partecipato a tutto il periodo di allenamento saranno certificati **2 PUNTI CREDITO** per **Unità Esperienziali** corrispondenti a 48 ore di esperienza.
- **NON SARANNO CERTIFICATE ESPERIENZE PARZIALI.** (meno di un periodo completo).

*Si precisa che:*

**I TECNICI SOCIETARI** potranno richiedere di partecipare a tutto il periodo addestrativo ai soli fini formativi anche senza atleti coinvolti. Il C.R. Umbria autorizzerà questa condizione, compatibilmente alla disponibilità di posti.

### **LA QUOTA COMPRENDE:**

- **Accesso alle lezioni;**
- **Accesso agli impianti e agli allenamenti previsti;**
- **Supporto Tecnico dello STAFF regionale presente;**
- **Eventuale materiale didattico messo a disposizione dai docenti**

Gli eventuali costi di vitto e alloggio per i partecipanti alle sole attività formative, saranno a carico degli stessi tecnici che potranno usufruire delle strutture logistiche di GYMCAMPUS Umbria in base alla disponibilità di posto.

**Al termine di ogni CAMPUS i partecipanti riceveranno la certificazione delle attività formative svolte.**

### **Condizioni Per Eventuali Rinunce O Quote Non Godute**

*La rinuncia , motivata e su richiesta certificata, alle attività di GYMCAMPUS Umbria dopo il pagamento della caparra deve essere inviata al Comitato Regionale Umbria per posta elettronica all'indirizzo:*

***cr.umbria@federginnastica.it***

- Se la rinuncia è stata comunicata almeno 20 giorni della data di inizio della attività, verrà restituito il 50% della caparra.*
- Se la rinuncia è stata comunicata almeno 10 giorni della data di inizio della attività, verrà restituito il 30% della caparra.*
- Se la rinuncia è stata comunicata meno di 10 giorni prima della data di inizio della attività verrà trattenuto l'intero importo versato.*

*Il C.R. Umbria si riserva di valutare la restituzione parziale o totale di quote non godute in seguito a infortuni o altri particolari motivi che hanno impedito al tesserato la partecipazione totale o parziale al CAMPUS.*