



Comunicato numero 8 del 21/11/2024

Oggetto: GYM Stadium

Carissime Famiglie e carissimi Atleti.

Con piacere vi presentiamo oggi un'altra grande novità.

Aprire ufficialmente la GYM Stadium, un locale palestra collocato all'interno della struttura dello Stadium, ad uso di tutti gli Atleti dei vari settori sportivi, allestito con una Cyclette, un'Ellittica e materiale dedicato all'esercizio aerobico.

Abbiamo ideato la GYM Stadium con l'obiettivo di offrire uno spazio esclusivo e funzionale che supporti la crescita fisica e sportiva dei nostri atleti: l'area è pensata per migliorare la preparazione atletica, integrare gli allenamenti sul campo e favorire uno sviluppo equilibrato delle capacità motorie e della resistenza.

Nelle prossime settimane integreremo inoltre ai servizi attualmente disponibili nella GYM la presenza di un fisioterapista, il Dottor Tucci, titolare dell'omonimo studio medico con sede a Basiglio, specializzato in fisioterapia riabilitativa, chiropratica, massoterapia e fisioestetica.

Infine, una nuova Cyclette e una fornitura di materiale aerobico verrà posizionata anche presso la palestra dell'Oratorio, a disposizione delle squadre del settore Volley che vorranno integrare gli allenamenti in campo con attività individuale e dedicata.

Crediamo che il benessere fisico sia il pilastro di ogni performance sportiva e vogliamo proporre a ciascun atleta gli strumenti necessari per raggiungere i propri obiettivi in un ambiente moderno, stimolante e curato nei dettagli: per questo motivo all'interno della GYM sono stati posizionati pannelli informativi ed illustrati con oltre 30 proposte di esercizio aerobico, concepiti per guidare gli atleti nella scelta degli esercizi da svolgere e per illustrarne l'esecuzione ottimale, offrendo un supporto pratico e immediato a beneficio di ogni sessione di allenamento.

Le regole e le modalità di accesso alla GYM sono evidenziate nel documento allegato al presente comunicato.

Con la GYM Stadium aggiungiamo un nuovo tassello al nostro impegno per il benessere e per la continua crescita della nostra grande Associazione Sportiva!

Con l'occasione, si porgono cordiali saluti.

il Presidente ed il Direttivo Societario



GYM STADIUM REGOLAMENTO

Numero massimo persone consentite all'interno della GYM: 3

Età minima per l'accesso: 16 anni

- 1 – L'accesso all'area GYM è consentito solo su prenotazione (gestione agende da applicativo *Reservio*)
- 2 – È obbligatorio indossare scarpe pulite da ginnastica, da calzare all'interno della GYM
- 3 – Dopo aver utilizzato cyclette ed ellittica è obbligatorio sanificare gli attrezzi con apposito prodotto
- 4 – In nessun caso è consentito spostare cyclette ed ellittica
- 5 – In nessun caso è consentito portare le attrezzature di aerobica all'esterno della GYM
- 6 – Ogni utilizzo indebito dell'attrezzatura comporterà l'inibizione al futuro accesso
- 7 – Tutti gli slot di prenotazione per le sessioni di esercizio sono quantificati in 20 minuti: nel riguardo di tutti, è obbligatorio rispettare i tempi della propria prenotazione
- 8 – Si svolge attività secondo la propria responsabilità

PRENOTA LA TUA SESSIONE DI ALLENAMENTO INQUADRANDO IL QR CODE
O AL LINK <https://ussa-rozzano.reservio.com/>

