



i@lab

SUMMER CAMP

ICELAB 2022

IceLab - Bergamo - Italy

Con la partecipazione dei campioni del pattinaggio su ghiaccio

Lucrezia Beccari - Nikolaj Memola

Matteo Rizzo - Sara Conti e Niccolò Macii

Rebecca Ghilardi e Filippo Ambrosini

Il Camp

IceLab organizza varie settimane di stage di pattinaggio artistico su ghiaccio. I corsi partono a Bergamo **dal 27 Giugno al 22 Luglio** e **dal 22 Agosto al 2 Settembre**.

Un programma di successo

Durante lo stage saranno presenti **allenatori di livello internazionale, preparatori atletici qualificati, coreografi di grande esperienza e maestri di pattinata**.

Sistemazioni consigliate

"**San Sisto Hostel**" è situato a soli 500 metri da IceLab. La struttura offre numerosi servizi quali: wi-fi, aria condizionata, ascensore, deposito bagagli, parcheggio biciclette e motocicli, servizio noleggio bici e servizio di colazione self-service dalle 07.30 alle 9.00

L'ostello si trova in Strada San Sisto Vecchio 23, Parco Colognola ai Colli, 24126, Bergamo (BG)

Tel. 035 321599 - info@sansistohostel.com

Vitto e alloggio sono esclusi dal pacchetto.



Iscrizioni e pagamenti

Si raccomanda l'iscrizione alle settimane il prima possibile, poichè a numero chiuso.

I prezzi del Summer Camp sono settimanali (dal lunedì al venerdì). La prenotazione con acconto del 50% entro il 30 Aprile 2022, inviando una mail a segreteriabergamo@ice-lab.it, indicando il nome dell'atleta, la categoria, le settimane di stage, la Società di appartenenza e l'allenatore. Il saldo dovrà essere corrisposto 7 giorni prima della settimana dello stage. Il pagamento oltre tale data comporterà una penale del 10% e il pagamento a stage iniziato comporterà una penale del 20%. **Gli acconti non saranno rimborsati.** Chi parteciperà a più di due settimane usufruirà di uno sconto del 10% sulle settimane successive. Il pagamento potrà essere effettuato anche tramite bonifico bancario (**IBAN IT84 I 05034 11121 000000044542**) inviando alla mail segreteriabergamo@ice-lab.it copia della disposizione, specificando nome e cognome del partecipante e settimana/e scelte.



La settimana tipo per gli atleti singoli

- 2 sessioni di tecnica su ghiaccio per 5 giorni
- 1 sessione di balletto per 4 giorni
- 1 sessione di preparazione atletica per 5 giorni
- 1 sessione di sollevamenti a terra per 5 giorni
- 1 sessione di skating/trottole per 5 giorni

Costo del pacchetto settimanale:

550 euro (atleti IceLab)

650 euro (esterni)

Costo tre giorni: 380 euro

Su richiesta con un pagamento extra:

- Carrucola e canna
- Lezioni individuali
- Coreografia extra

La settimana tipo per le coppie

- 2 sessioni di tecnica su ghiaccio per 5 giorni
- 1 sessione di balletto/stretching per 4 giorni
- 1 sessione di preparazione atletica per 5 giorni
- 1 sessione di sollevamenti a terra per 5 giorni
- 1 sessione di trottole/spirale di 30 minuti per 5 giorni

Costo del pacchetto settimanale:

1000 euro a coppia (atleti IceLab)

1200 euro (esterni)

Il Summer Camp partirà al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti

IceLab -

Via San Bernardino, 141 - 24121 Bergamo (BG)

(competition ice-rink 60x30 m - training ice-rink 25x35 m)

info 035 0276047