

## Allegato F1

L' Offerta Tecnica Gestionale allegata al Contratto d'Appalto n. 1410 del 30/03/2016 per farne parte integrante e sostanziale, viene di seguito modificato ai sensi dell'art. 20.2 del Capitolato di gestione e del combinato disposto dell'art. 106 comma 1 lettere a) e d):

1) Da Pag. 1) a Pag.) 10 da eliminare perché inerente i lavori e le migliorie al progetto definitivo posto a base di gara;

2) Pag. 12) punto b.1: Modalità di organizzazione e gestione delle attività sportive della piscina:

Dopo la parola "*straordinaria*", aggiungere il seguente periodo "*ad esclusione degli interventi di cui all'allegato G*"; Dopo le parole "*Organizzazione di attività destinate ai disabili*" sono da eliminare le parole "*Attività di pallanuoto*"; dopo le parole "*Attività di ambientamento in acqua per gli 0-3 anni*" sono da eliminare le parole "*Attività subacquee*";

3) Pag. 12 e13): Tipologia attività sportive e non sportive rese possibili dall'investimento:

Dopo il periodo "*Per riassumere...(omissis)...di praticare*" eliminare l'elenco delle attività fino alle parole "*recupero funzionale e post traumatico*" e sostituire con le seguenti attività:

Scuola Nuoto Baby 0-3 anni

Scuola nuoto Adulti

Scuola Nuoto e attività per Gestanti

Scuola Nuoto Terapia e attività per la Terza Età

Scuola Nuoto per diversamente abili e Rieducazione Funzionale

Scuola di avviamento al nuoto

Scuola Nuoto Agonistico e master

Acqua Fitness-Acquagym-Acqua gag

Attività in palestra

Scuola nuoto per studenti frequentanti le scuole di ogni ordine e grado

Camp estivi - Scuola Nuoto sport

4) Da Pag. 13) a pag. 16) eliminare da "*Nuoto agonistico e pre-agonistico, nuoto master*" e fino alle parole "*stagione invernale ed estiva*" e sostituire con:

Il Nuoto Baby nuoto, è un'attività che è possibile iniziare **sin dai primissimi mesi di vita** (dai **3 ai 6**), che guida il bambino verso una crescita più armoniosa. Durante i corsi in piscina: bambini e genitori devono innanzitutto divertirsi! L'**istruttore** ha il compito di **guidarli** in quest'esperienza e far comprendere loro l'**assenza di pericoli**. Per i bambini più grandi (da 1 a 3 anni), le lezioni di baby nuoto comprendono esercizi con **movimenti indipendenti** da fare in acqua. I bambini si possono tenere vicino a un genitore e affiancarlo, ma svolgendo da soli i movimenti richiesti. Questo aumenterà il loro **senso di fiducia** e sicurezza. L'acquaticità neonatale precoce ha effetti benefici sullo sviluppo della motricità infantile; in particolare sulla **prensione e l'equilibrio**. I bambini che stanno spesso in acqua hanno una migliore capacità di mantenere l'equilibrio e prendere oggetti con le mani.

Il Corso di Scuola Nuoto è rivolto agli adulti che vogliono imparare a nuotare o perfezionare gli stili. Si parte dal livello principianti (senza paura dell'acqua) fino al perfezionamento e allenamento. Requisito fondamentale: voglia di migliorare la propria nuotata e acquaticità, di imparare in gruppo, di imparare divertendosi è oramai consolidato che l'adulto si reca in Piscina, desidera trovare un ambiente piacevole, sa distinguere, giudicare, criticare ed è esigente per ciò che riguarda i servizi della propria persona. Il modello didattico indicato, con la scansione di obiettivi, mezzi, metodi e procedure, non si riferisce ad una particolare fascia d'età o d'utenza, suggerisce altresì i criteri, i principi, le operazioni e le tappe da seguire nell'impostazione generale di un programma di lavoro per avvicinare bambini, uomini, donne all'elemento acqua.

Ovviamente molti aspetti differiranno, in una buona Scuola nuoto, nella lezione rivolta agli adulti, rispetto a quella per bambini e ragazzi. Negli adulti sono diverse le motivazioni, i vincoli sociali, le motivazioni di partenza, i margini di incremento o miglioramento e quindi, di conseguenza, lo stile attento, l'impegno, la costanza; inoltre l'adulto risente in modo particolare di variabili individuali, soprattutto di carattere psicologico, anche solo per la semplice presenza o lezione.

Si discosteranno notevolmente, rispetto all'attività proposta ai ragazzi, l'aspetto comunicativo, di carattere verbale e non verbale, l'atteggiamento e le leadership, la capacità di introdurre e motivare il lavoro. Non la serietà della proposta didattica, l'impegno nella costanza nell'osservare e nel correggere, il coinvolgimento e l'entusiasmo. Sarà differente il contenuto di alcune proposte (per motivi fisiologici, articolari, ecc.), ma non la necessità che quanto proposto (se logico ed eseguibile) sia realmente eseguito, al fine di concorrere all'obiettivo più generale dell'apprendimento. Può differire l'esercizio o le modalità esecutive, ma non l'atteggiamento dell'istruttore che attraverso tale esecuzione si garantisce un'ulteriore tappa della progressione didattica.

Ogni iter didattico è costituito da un'analisi della situazione di partenza, dallo studio di obiettivi raggiungibili e dalla loro proposta, dalla definizione di operazioni e tappe di percorso e da una valutazione che definisca il loro raggiungimento (e in quale misura). I mezzi ed i metodi possono differire, gli esercizi possono essere diversificati o "diluiti", i tempi allungati, ma il processo legato all'apprendimento ha le stesse caratteristiche. Nell'allievo adulto (rispetto al bambino) sono presenti tratti iniziali sostanzialmente diversi in merito al rapporto con l'acqua.

Dobbiamo aggiungere che determinate capacità motorie (e quindi molte abilità ad esse collegate) hanno il massimo sviluppo in un'età assolutamente giovane e che, in ambiti più maturi, è solo possibile un parziale recupero o una compensazione.

Ciò è particolarmente significativo per tutti quegli aspetti di carattere coordinativo e sensoperceptivo che non possono, se non in parte, essere orientati nel mondo acqua. In sostanza l'iter didattico, che nel bambino deve iniziare con una fase di ambientamento non soltanto psicologico, ma anche di carattere funzionale e una fase di progressiva acquaticità nell'adattamento statico e dinamico, procede con l'acquisizione di elementi aggiuntivi al patrimonio esperienziale acquatico, adattandosi progressivamente ed armonicamente all'azione globale. Nell'adulto i due elementi è come fossero separati.

Non lo sono di fatto, ma è significativa e permanente la difficoltà di un'applicazione delle capacità e delle tecniche acquisite alla percezione e quindi all'efficace propulsione.

Il bambino seguirà il suo iter didattico, secondo i principi che il modello fin prevede e richiede, con il rispetto di quelle che sono ritenute tappe fondamentali, nel percorso: ambientamento, galleggiamento, posture statiche e dinamiche, propulsione. L'adulto dovrà essere instradato, per lo stesso percorso, con elasticità e buon senso, tenendo conto delle limitazioni funzionali e strutturali, accettando il fatto che ogni tappa, considerata essenziale nel processo teorico, possa essere maturata, spesso in modo incompleto o insoddisfacente. Il galleggiamento statico, lo scivolamento corretto sul petto o sul dorso devono essere accettati spesso in modo approssimativo (in questo caso per motivi dovuti al peso specifico ed alla scarsa mobilità articolare), come pure l'esecuzione di alcune catene motorie più complesse.

Resta fondamentale la necessità di seguire l'iter, ma con l'elasticità di non pretendere alcune "conquiste" di percorso come punto di partenza dell'obiettivo successivo. La cura con cui avvengono alcune correzioni nei giovani, deve essere applicata, nel lavoro con gli adulti, alla

ricerca di soluzioni compensative o proposte didattiche con l'obiettivo della migliore "spinta" efficace. Il principio, i mezzi, i contenuti e le verifiche, risultano essenziali per un modello compiuto, analogamente a quanto già esposto.

Per ciò che riguarda la ginnastica pre natatoria, laddove prevista, considerato che non sempre è ben accettata dagli adulti, conviene osservare dei principi di adeguamento semplici ed essenziali: Illustrare preventivamente (nelle informazioni all'atto dell'iscrizione) l'importanza della ginnastica pre natatoria, gli obiettivi che si prefigge, gli effetti a breve e lungo termine sull'organismo e sulla predisposizione agli apprendimenti tecnici. Utilizzare una leadership. Illustrare e motivare gli esercizi prima dell'inizio della parte a secco della lezione; correggere ed intervenire durante l'esecuzione, chiedendo la ripetizione più precisa. Adeguare le richieste e quindi le aspettative d'esecuzione e di riuscita alle caratteristiche del gruppo, nella considerazione dei succitati limiti strutturali e funzionali. Effettuare una breve fase di defaticamento e di sintesi relativamente ai contenuti ed al lavoro eseguito.

Il movimento in acqua è da sempre sinonimo di benessere e salute. Le proprietà intrinseche dell'acqua sono l'arma vincente della ginnastica in acqua. È infatti grazie all'azione ridotta della forza di gravità che molti esercizi proposti in acqua consentono di svolgere attività motorie di enorme importanza sia dal punto di vista atletico che da quello terapeutico e preventivo. Il miglioramento del tono muscolare è garantito dall'azione di resistenza offerta dalla pressione naturale esercitata dall'acqua.

Ogni gesto motorio è controllato in quanto l'azione può essere svolta senza eccessive velocità perché è l'acqua stessa ad impedire traumi e distorsioni che non sono assolutamente presenti nelle attività acquatiche. Indubbiamente, ogni individuo che effettui esercizi in acqua riesce sempre ad eseguire il movimento richiesto in condizioni di assoluta sicurezza. Anzi, il gesto eseguito può consentire ai frequentatori delle lezioni di fitness in acqua di affinare le capacità propriocettive e incrementare la propria mobilità articolare.

Ogni piscina può consentire di svolgere attività "acqua ginnastiche", ma tutti gli esercizi dovranno essere adattati all'altezza dell'acqua e alle capacità dei propri allievi. Le lezioni in piscina hanno una frequentazione ormai molto eterogenea sia per età che per aspettative e motivazioni. Non è infatti possibile immaginare una proposta generalizzata che possa rispondere alle esigenze di tutto il pubblico. È quindi necessario trovare una giusta "alchimia" di lezione che permetta l'incontro tra le esigenze dell'ambiente con quelle degli allievi.

Le esigenze "ambientali" possono essere quelle dell'orario, della parte di vasca dedicata alla lezione di fitness in acqua, della strumentazione audio da utilizzare senza alterare gli equilibri delle altre attività, le disponibilità degli insegnanti e le situazioni specifiche di locazione di ogni impianto. Il pubblico può avere esigenze differenti in funzione dell'età, del tempo a disposizione e degli obiettivi personali (dimagrimento, tonificazione, estetica, allenamento, recupero funzionale, terapeutico). L'armonizzazione di queste richieste è possibile solo dopo attente valutazioni, e a condizione di conoscere i parametri fondamentali delle tipologie di attività proponibili all'interno delle differenti lezioni di ginnastica in acqua.

Queste sono: ginnastica in acqua, Aquatic Gym, Aerobica in acqua e Training in acqua. Analizziamo ognuna di esse nelle sue linee essenziali.

**Nuoto agonistico/ Master** è una disciplina sportiva praticata secondo i regolamenti stabiliti dalla Fina (Federazione Internazionale Amatori Nuoto) e recepiti in Italia dalla Federazione Italiana

Nuoto (Fin). Il nuoto agonistico si divide fra **nuoto in piscina** e **nuoto in acque libere**. Vengono rispettati i **codici di allenamento** della Federazione italiana nuoto distinguono vari tipi di resistenza: dalle esercitazioni intorno alla soglia aerobica al massimo consumo di ossigeno. In linea generale, le **esercitazioni di resistenza** sono caratterizzate da distanze lunghe a velocità moderata, riducendo le distanze e aumentando l'intensità ci si sposta progressivamente dalla resistenza alla **potenza aerobica**. Possiamo concludere con I vantaggi dell'attività in acqua

**Si limitano i traumi:** in acqua si pesa solo il 10% del proprio peso corporeo, quindi si riduce al massimo il rischio di traumi e ferite. Per questo l'acquagym è una disciplina ideale per tutti: donne incinte, in sovrappeso, convalescenti.

**I movimenti sono facilitati:** dato che nell'acqua si è più leggeri, gli esercizi sono più facili da realizzare e, soprattutto, l'estensione del movimento è maggiore.

**Si tonifica il corpo in modo uniforme:** per muoversi nell'acqua si usano tutti i muscoli, senza rendersene conto. Il corpo diventa tonico e armonioso.

**Si bruciano calorie** perché il corpo si difende dalla temperatura dell'acqua. Inoltre l'acqua oppone resistenza ai movimenti, costringendo i muscoli a lavorare di più e l'organismo a spendere più energia.

**Si migliora la circolazione venosa:** la pressione dell'acqua e l'idromassaggio creato dai movimenti stimolano il ritorno del sangue verso il cuore. Le caviglie sono drenate bene in quanto la pressione dell'acqua è maggiore in profondità.

**È rilassante:** l'acqua è ben riscaldata, il che favorisce il rilassamento muscolare e psicologico. Si alleviano dolori, rigidità e stress.

Prevediamo anche l'apertura della palestra con sala pesi con attività a corpo libero, Ginnastica aerobica, step, stretching, potenziamento muscolare, piccoli e grandi attrezzi

L'impianto sportivo sarebbe aperto al pubblico con gli orari minimi indicati tabella 1 e, se si dovesse ritenere opportuno cogliendo le esigenze dei frequentatori e del gestore, potranno subire delle modifiche

La tabella 1 indica gli orari di apertura per il periodo invernale, nel periodo estivo ci potrà esser una contrazione degli orari e dei giorni di apertura

Tabella 1

|           |            |             |
|-----------|------------|-------------|
| Lunedì    | 9.00/15.00 | 15.00/22.00 |
| Martedì   | 7.00/12.00 | 16.00/20.30 |
| Mercoledì | 9.00/15.00 | 15.00/22.00 |
| Giovedì   | 7.00/12.00 | 15.00/22.00 |
| Venerdì   | 9.00/15.00 | 15.00/22.00 |
| Sabato    | 7.00/12.00 | 15.00/18.00 |

5) Pag. 16) Tabella “*Offerta di ore suddivisa per attività periodo invernale ed estivo*”: Da eliminare;

6) Pag. 17) “*Organigramma delle figure professionali*” è da eliminare e sostituire con:

- **Risorse Umane**

Le risorse umane rappresentano una delle leve principali che la All Together Soc Coop SSD intende adottare per la gestione dell'impianto.

#### ORGANIGRAMMA

- **Area gestionale** responsabile della pianificazione e coordinamento delle attività amministrative – pulizia e sanificazione, pianificazione manutentiva – amministrativa e contabile
  1. *Addetti alla segreteria delegata alla gestione dell'utente in front -office*
  2. *Addetti alla sanificazione e igiene della struttura*
- **Area manutentiva** incaricato al funzionamento efficiente dell'impianto

- **Area benessere /rieducativa** curerà in collaborazione con l'addetto all'area gestionale e segreteria alla programmazione delle attività e allo svolgimento del benessere e sedute /lezioni
- **Area ricreativa** deputata alla gestione e controllo del punto ristoro e programmazione delle attività ricreative –sociali-sportive
- **Direzione tecnica:** responsabili della Scuola Nuoto Federale e delle attività acquatiche con controllo degli istruttori /assistenti bagnanti e tutte le figure che ruotano intorno alla vasca
  1. *Direttore sportivo*
  2. *Coordinatore di Vasca*
- **Area tecnica** rappresentata da tutti gli operatori che operano all'interno:
  1. Allenatori
  2. Istruttori-
  3. Fisioterapisti
  4. Laureati in Scienze Motorie
  5. Assistenti Bagnanti

Grande importanza e valorizzazione verrà data alla loro selezione e alla loro formazione anche interna a cura dei nostri responsabili di settore.

- Monitoraggi periodici con riunioni dello staff
- Formazione costante interna
- Alla relazione e confronto delle diverse figure dello staff che deve operare con una continua collaborazione e integrazione per il buon risultato dell'organizzazione interna
- Programmazione di periodici rilevazioni del soddisfacimento del servizio

Possiamo quindi concludere che tale struttura si auspica di diventare, per l'intera cittadinanza e l'hinterland, un punto di riferimento per tutti gli aspetti della vita quotidiana e sportiva puntando su BENESSERE PSICO-FISICO dell'utente.

7) a Pag. 18 dopo le parole *“il rapporto istruttore/utente dovrà seguire i seguenti limiti massimi”* eliminare la tabella e sostituirla con la seguente:

Nuoto Agonistico 1 istruttore ogni 12 utenti  
 Acqua fitness 1 istruttore ogni 20 utenti  
 Nuoto libero 1 bagnino ogni 20 utenti  
 Corsi per adulti 1 istruttore ogni 12 utenti  
 Corsi per bambini 1 istruttore ogni 12 utenti  
 Corsi per anziani 1 istruttore ogni 10 utenti  
 Corsi di nuoto terapia 1 tecnico specializzato in rieducazione in acqua ogni 1 utenti  
 Corsi per diversamente abili 1 istruttore ogni 1 utenti (lezione individuale) /5 utenti (lezioni di gruppo)

a Pag. 18 l'”*Organigramma degli istruttori/allenatori responsabili delle principali attività didattiche natatorie*” da eliminare e sostituire con la seguente tabella:

| Attività                                    | Livello di qualifica   |
|---|--|
| Scuola nuoto federale                       | Qualifica di coordinatore di scuola nuoto FIN<br>Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN        |
| Nuoto agonistico                            | Brevetto di allenatore di 2° livello di nuoto FIN<br>Brevetto di allenatore di 1° livello di nuoto FIN |
| Scuola nuoto federale bambini (Preagonismo) | Brevetto di allenatore di 1° livello di nuoto FIN<br>Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN    |
| Nuoto Master                                | Brevetto di allenatore di 1° livello di nuoto FIN  |

|  |  |
|--|--|
|  | Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN   |
| Gestanti, post-parto, ginnastica dolce | Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN<br>Ginnastica in acqua FIN – Fisioterapista o laureato in scienza motorie<br>Benessere psico-fisico in gravidanza FIV |
| Fitness in acqua                       | Brevetto di istruttore di fitness in acqua<br>Brevetto di istruttore di nuoto 1° livello FIN<br>Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN                       |
| Assistenti bagnanti                    | Assistente bagnanti  |
| Nuoto per disabili                     | Brevetto di istruttore – tecnico CIP di nuoto<br>Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN<br>Fisioterapista<br>Specialista disabilità in acqua                 |
| Nuoto per anziani                      | Brevetto di istruttore di nuoto 1° livello FIN<br>Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN<br>Nuoto per la terza e la quarta età                               |

A pag 19 dopo le parole “7 specialisti con le specifiche professionalità” la tabella è eliminata e sostituita dalla seguente:

| Attività   | Livello di qualifica  |
|--|---|
| Corsi per diversamente abili e portatori di handicap | Laurea in scienze e tecniche delle attività motorie<br>Fisioterapista<br>Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN |
| Nuoto per anziani                                    | Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN<br>Nuoto per la terza e la quarta età                                    |
| Nuoto terapia  | Laurea in scienze e tecniche delle attività motorie<br>Fisioterapista<br>Brevetto di istruttore di nuoto 2° livello FIN |

8) Da pag. 19 a pag. 21) – *Piano di Formazione, Obiettivi, Aree formative, Area comunicazione e organizzazione, Area Didattico/Tecnica, Piano di aggiornamento/formazione delle figure tecniche impiegate nel settore didattico natatorio*: Da eliminare

9) Pag. 21) e Pagg 22) – I paragrafi “*Collaborazione con Associazioni sportive*”; “*Convenzioni e partenariati con Università, Enti, scuole pubbliche e private, Federazioni sportive*” e “*Servizi gratuiti in favore delle scuole di ogni ordine e grado presenti nel territorio comunale*” sono ad eliminare e sostituire con le seguenti parole:

Si intende garantire a gruppi di utenza facenti parte di Federazioni Sportive iscritte al CONI e al RAS e convenzioni con le scuole ed enti con delle agevolazioni come previste nella tabella 2. Negli orari tabella 3 nei giorni da concordare tra le parti, rispettando quanto previsto dalla tabella 1

Verranno proposti e concordati “PROGETTI EDUCATIVI –SPORTIVI” riservate alle scuole del Comune di Oristano da svolgersi prevalentemente in orario antimeridiano e/o pomeridiano nel periodo scolastico, con le tariffe previste come da tabella 1 gli orari verranno concordati con le parti

12) Pag. 22) e pag 23) – “Programma di promozione per la promozione e per una valorizzazione ottimale della piscina comunale di Oristano:” eliminare dalle parole “Per raggiungere gli obiettivi numerici...Omissis)” e fino alle parole “realità sportive presenti sul territorio”;

13) Pag. 25) eliminare il paragrafo “Le attività e i servizi dell'impianto” e sostituire con il seguente paragrafo:

Si intende garantire a gruppi di utenza facenti parte di Federazioni Sportive iscritte al CONI e al RAS e convenzioni con le scuole ed enti con delle agevolazioni come previste nella tabella 2. Negli orari tabella 3 nei giorni da concordare tra le parti, rispettando quanto previsto dalla tabella 1

Verranno proposti e concordati “PROGETTI EDUCATIVI –SPORTIVI” riservate alle scuole del Comune di Oristano da svolgersi prevalentemente in orario antimeridiano e/o pomeridiano nel periodo scolastico, con le tariffe previste come da tabella 1 gli orari verranno concordati con le parti

## TARIFFE

**Tabella 2**

| ATTIVITA'                                    |  | QUOTE |                      |
|--|--|-------|----------------------|
| <b>NUOTO LIBERO</b>                          |  |       |                      |
| 1  | ADULTI   | 9,00  | ACCESSO              |
| 2  | ANZIANI DA 60 ANNI E OLTRE   | 8,00  | ACCESSO              |
| 3  | SOGGETTI CON INVALIDITA' SUPERIORE AL 67%  | 7,00  | ACCESSO              |
| <b>SCUOLA NUOTO SCOLASTICI E SPAZI ACQUA</b> |  |       |                      |
| 4  | CORSI NUOTO SCOLASTICI PER LE SCUOLE   | 90,00 | CORSIA n. 8 accessi  |
| 5  | UTILIZZO DI SPAZI ACQUA DA PARTE DELLE SCUOLE PER GRUPPI DI STUDENTI ACCOMPAGNATI DA ASSISTENTI BAGNANTI E ISTRUTTORI QUALIFICATI  | 5,00  | ACCESSO              |
| <b>SPAZI ACQUA PER DIVERSAMENTE ABILI</b>    |  |       |                      |
| 6  | DA PARTE DI CENTRI CON SEDE NEL COMUNE DI ORISTANO PER LEZIONE INDIVIDUALE AD UTENTE ACCOMPAGNATO DA PERSONALE QUALIFICATO ISTRUTTORE/ALLENATORE/EDUCATORE                 | 15,00 | ACCESSO              |
| 7  | DA PARTE DI CENTRI CON SEDE NEL TERRITORIO DI ORISTANO PER GRUPPI DI UTENTI ACCOMPAGNATO DA PERSONALE QUALIFICATO ISTRUTTORE/ALLENATORE/EDUCATORE                          | 50,00 | CORSIA 50' al giorno |
| <b>PREPARAZIONE AGONISTI/MASTER</b>          |  |       |                      |
| 8  | SPAZI ACQUA AD USO DI SOCIETA' /ASSOCIAZIONI CON SEDE NEL COMUNE DI ORISTANO PER GRUPPI DI TESSERATI ACCOMPAGNATI DA PERSONALE QUALIFICATO ISTRUTTORE/ALLENATORE/EDUCATORE | 50,00 | CORSIA 50' al giorno |
| <b>GARE MANIFESTAZIONI</b>                   |  |       |                      |

|   |  |        |                       |
|---|--|--------|-----------------------|
| 9 | GARE E MANIFESTAZIONI DI NUOTO PROMOSSE DALLE SOCIETA' /ASSOCIAZIONI CON SEDE NEL COMUNE DI ORISTANO | 150,00 | ALL' ORA MINIMO 3 ORE |
|---|--|--------|-----------------------|

**Tabella 3**

| ATTIVITA<br>PREPARAZIONE<br>ATLETA | FASCIA<br>ORARIA | N. CORSIE PER<br>ORA | FREQ ALLENAMENTI         | PERIODO          |
|------------------------------------|------------------|----------------------|--------------------------|------------------|
| FEDERAZIONI                        | 7,00/10,20       | 2                    | 3VOLTE A<br>SETTIMANA    | SETTEMBRE/GIUGNO |
| FEDERAZIONI                        | 12,00/15,10      | 2                    | 2/3 VOLTE A<br>SETTIMANA | SETTEMBRE/GIUGNO |

14) Pag. 27) - *“Programma di manutenzione ordinaria e pulizie”*:

Al primo comma dopo la parola *“straordinaria”*, aggiungere il seguente periodo *“ad esclusione degli interventi di cui all'allegato G”*.

Nel secondo periodo dopo le parole *“quelle necessarie”* sono eliminate le parole *“ad integrare”*.

Al terzo comma (interventi di pulizia) è eliminato il primo periodo. Nel secondo periodo le parole *“sette giorni la settimana”* sono sostituite dalle seguenti: *“i giorni di apertura dell'impianto”*.

Dopo il terzo comma sono aggiunti i seguenti commi:

La Società intende sviluppare un piano di interventi di manutenzione ordinaria che riguardino opere di riparazione, rinnovamento, e sostituzione inerenti le strutture e quelle necessarie a mantenere in efficienza gli impianti tecnologici esistenti

Gli interventi di pulizia ordinaria e straordinaria, ad esclusione degli interventi di cui all'allegato G, saranno garantiti e pianificati. Verranno utilizzati macchinari e prodotti adatti e compatibili alle esigenze igienico sanitarie come previsto dalla normativa vigente.