

# I campus de verano de gimnasia rítmica

## Club Ximnasia Arousa

### Material necesario para el campus

Los/las gimnastas inscritos en el I campus de verano de gimnasia rítmica del Club Arousa tendrán que seguir las normas del campus descritas y traer lo siguiente:

- Ropa cómoda para la práctica deportiva, preferiblemente ajustada y fresca.
- Punteras de rítmica o en su defecto calcetines para realizar las actividades.
- Una toalla pequeña para el sudor.
- Rodilleras y cojín de entreno (opcional)
- El día de salida a la playa deberán traer bañador, toalla de playa y protector solar.
- Se debe ir al campus con el pelo recogido en un moño o en una coleta o trenza.
- Deben seguir en todo momento las indicaciones de los entrenadores y monitores, especialmente el día de la salida a la playa.
- Llegar puntuales, salvo excepciones que deberán ser comunicadas siempre que sea posible.
- Dejar el pabellón limpio y recogido.

El Club Arousa proporcionará para el campus todo el material restante que estará disponible para su uso durante el mismo:

- Aparatos de gimnasia rítmica.
- Tobilleras lastradas y gomas.
- Camiseta del campus.
- Todo el material de los talleres: Maquillaje, telas, tijeras, gomas de pelo, gomina...
- Todo el material para las coreografías.
- La merienda de los descansos y bebida.
- La comida del viernes previa a la gala de clausura.