

SPORT CAMP 2026

Created by



Da oltre 20 anni
con il preciso impegno di
affiancare le famiglie nel
percorso educativo/sportivo dei
propri figli



- ***Chi siamo***
- ***Il progetto***
- ***Miniolimpiadi***
- ***Screening Posturale***
- ***Numeri***
- ***Attività Sociale e Inclusione***
- ***Social***

Chi Siamo



Forza e Costanza è un' associazione sportiva dilettantistica senza scopo di lucro, fondata a Brescia nel 1886 con l'obiettivo di promuovere l'educazione fisica e sportiva concentrandosi sui giovani in età evolutiva.



Il Progetto

Sportcamp è un progetto collaudato che dal 1999 permette ai bambini e ragazzi dai 5 ai 17 anni di avvicinarsi allo sport nel periodo estivo.

Grazie alla disponibilità di numerosi spazi e alla preparazione di istruttori qualificati la scelta dello sport praticato è molto varia ed ogni anno lo staff è impegnato ad aumentare e migliorare dove possibile il numero delle proposte.

Forza e Costanza ha sempre prestato attenzione all'avviamento dei giovani allo sport, SportCamp nasce per rispondere all'esigenza di avvicinare i giovani all'attività sportiva nel periodo estivo, quando generalmente le attività delle associazioni sportive sono ferme.



Miniolimpiadi

Forza e Costanza ha sempre prestato attenzione all'avviamento dei giovani allo sport.

Le **MiniOlimpiadi** nascono da un'idea di **Ezio Gamba**, affiancato successivamente da **Marathon** e **Stefano Frassinelli**, e consistono in oltre 150 test motori che vanno a indagare le capacità condizionali e coordinative dei giovani partecipanti. Questi risultati vengono raccolti e confrontati con una banca dati di milioni di test alimentata nei vari anni di attività sportcamp e, per mezzo di una scheda di valutazione che viene generata da un software creato ad hoc, riescono a dare alle famiglie uno **strumento di valutazione** più preciso possibile di quale sia la **predisposizione motoria** dei loro figli, indirizzandoli sulla scelta dello sport più idoneo.

Screening Posturale

Il progetto «Screening Posturale» è nato dalla collaborazione tra la sezione di Ginnastica Posturale infantile di Forza e Costanza e lo staff di Sportcamp, sotto la supervisione del dott. Fabio Mestriner, chinesologo e massofisioterapista, che da anni dirige la sezione di ginnastica posturale di Forza e Costanza.

Sfruttando l'esperienza maturata in anni di lavoro abbiamo pensato di offrire un servizio ai nostri utenti che si sposa con l'obiettivo principe della nostra associazione, ovvero una crescita sana dell'individuo.

Lo Screening posturale è una valutazione basata sull'evidenza della postura dei bambini/e e ragazzi/e che ci permette di evidenziare il possibile insorgere di problematiche tipiche dell'età evolutiva.

Tutte queste problematiche, se evidenziate in tempo, possono essere corrette con l'applicazione di un percorso di rieducazione posturale.

L'adesione al progetto è facoltativa e, per chi aderisce, al termine della settimana, siamo in grado di segnalare alle famiglie in forma privata se sono state riscontrate patologie, e consigliare un percorso da intraprendere per correggerle.





Numeri

SportCamp negli anni ha costantemente aumentato le adesioni, superando nelle ultime edizioni le **1200** presenze, in rappresentanza di circa **800/1000** famiglie

- oltre **24.000** presenze
- **1100** presenze in media ogni anno
- hanno collaborato con noi **400** membri dello staff
- oltre **50** sport e attività differenti proposta
- **10** differenti gite e uscite organizzate nelle varie edizioni
- **55.000** metri quadri di strutture sportive (area recintata)
- più di **4.500.000** di test di miniolimpiadi eseguiti
- "Progetto SportCamp" è stato oggetto di **5** tesi di laurea
- **55.000** ore di attività sportive proposte

Attività Sociale e Inclusione

Come da sempre nella centenaria storia del nostro sodalizio sportivo, Forza e Costanza si contraddistingue per l'attenzione verso le famiglie meno abbienti e verso bambini fanciulli e ragazzi affetti da disabilità di vario tipo applicando agevolazioni economiche e adattando l'attività quotidiana alle varie disabilità, con assistenti qualificati ed esperti, in modo da rendere l'esperienza per questi ragazzi più inclusiva possibile e andando incontro alle esigenze delle famiglie che nel periodo estivo non hanno il supporto da parte della scuola ed istituzioni varie

Social



- **5.000** Follower complessivi
- **38.000** account raggiunti trimestralmente
- oltre **2.500** interazioni trimestrali
- **40** promozioni diverse nel periodo giugno - settembre



Comunicazione

Ogni anno presentiamo la nostra iniziativa attraverso volantini che vengono inviati in tutte le scuole primarie e secondarie del Comune di Brescia, oltre ad un'importante opera di volantinaggio nei comuni limitrofi.

circa **40.000** pieghevoli vengono preparati e divulgati

VIENI A PROVARE CON NOI:
Calcio, Pallavolo, Basket, Pallanuoto, Nuoto, Tennis, Rugby, Pallamano, Atletica, Tiro con l'arco, Subacquea, Ginnastica artistica, Ginnastica ritmica, Judo, Karate, Danza, Padel, Ginnastica dinamica, Parkour, Hockey, Football, Ping Pong e molti altri sport riconosciuti dal CONI.

NOVITÀ
EDUCAZIONE POSTURALE
Nell'arco della settimana verranno proposti dai nostri istruttori della sezione posturale esercizi utili per assumere la corretta postura nella vita di tutti i giorni.

MULTISPORT CALCIO
Una settimana di attività multisport con focus sul calcio, ogni giorno due ore di attività saranno dedicate al gioco del calcio in tutte le sue forme, dal gioco alla tecnica.
N.B. Il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

SOLO ISTRUTTORI ESPERTI E QUALIFICATI
I gruppi verranno suddivisi in base all'età degli iscritti, in modo da poter garantire una proposta adeguata e ottimale per tutti. Ogni gruppo verrà gestito da un istruttore che seguirà un preciso programma giornaliero di attività.

TORNANO LE GITE
CANOA
EQUITAZIONE

GRUPPI
Una settimana di multisport con un focus sulle attività che si svolgono in acqua, tra cui nuoto, pallanuoto, canoa, subacquea.

MULTISPORT DANZA
Una settimana dove il multisport incontra il mondo della danza, con varie proposte che vanno dalla danza classica alla danza contemporanea.
N.B. Il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

MULTISPORT ACQUA
Una settimana di multisport con un focus sulle attività che si svolgono in acqua, tra cui nuoto, pallanuoto, canoa, subacquea.
N.B. Il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

MULTISPORT ENGLISH
Una settimana di multisport con un focus sulle attività che si svolgono in acqua, tra cui nuoto, pallanuoto, canoa, subacquea.
N.B. Il gruppo partirà al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

ATTIVITÀ COORDINATIVA IN LINGUA INGLESE PER TUTTI I GRUPPI
I programmi potrebbero subire variazioni per cause non dipendenti dagli organizzatori.

MULTISPORT
Una settimana che offre la possibilità di avvicinarsi al mondo dello sport attraverso la pratica di numerose e varie discipline sportive, giochi ed esperienze didattiche. Nell'arco di una settimana verranno proposte almeno 10 attività sportive differenti.

PROGRAMMA
ore 9.00 - 9.00 Accoglienza
ore 9.30 - 11.30 Pratica sportiva
ore 11.30 - 12.00 Pausa
ore 12.00 - 14.30 Pranzo e gioco comune
ore 14.30 - 16.00 Pratica sportiva
ore 16.00 - 16.30 Addizionale coordinativo
ore 16.30 - 16.30 Merenda e ritiro
ore 16.30 - 17.00 Ritiro primo turno
ore 17.00 - 17.30 Ritiro secondo turno

SETTIMANE ORGANIZZATE
Settimane Periodo
1° dal 12 al 16 giugno
2° dal 19 al 23 giugno
3° dal 26 al 30 giugno
4° dal 03 al 07 luglio
5° dal 10 al 14 luglio
6° dal 17 al 21 luglio
7° dal 24 al 28 luglio
8° dal 31 agosto al 04 settembre
9° dal 07 al 11 settembre
10° dal 14 al 18 settembre

ANCHE QUEST'ANNO PIÙ FREQUENTI MENO SPENDI!
te di iscrizione 0,00 la prima volta di frequenza ogni settimana la a sala di € 10,00 e se le settimane sono consecutive:
Quote di iscrizione
1° settimana € 190,00
2° settimana € 180,00
3° settimana in poi € 170,00
DALLA QUARTA SETTIMANA IN POI LA QUOTA RESTA FISSA A 170 €

SCONTO FRATELLI -10€

La quota comprende:
• Tessera associativa;
• Assicurazione;
• Partecipazione ad attività collaterali;
• Pranzo e merenda;
• Kit di abbigliamento comprensivo di 3 magliette, 1 pantaloncino, 1 zainetto (fornito alla prima iscrizione);
• Utilizzo di tutti gli spazi e attrezzature sportive.
• Gadget
• Gite

Documenti necessari
Per l'iscrizione bisogna consegnare i seguenti documenti:
• Il modulo di iscrizione compilato in ogni sua parte.
• Un certificato di idoneità sportiva non agonistica secondo quanto previsto del D.M. del 28.2.83. "Norme per la tutela dell'attività sportiva non agonistica".

Modalità di pagamento
• Assegno bancario non trasferibile intestato a: S.G.B. Forza e Costanza ASD;
• Bancomat o contanti direttamente presso la segreteria della Società.
• Bonifico: IBAN IT54C 05116 11204 000 000 00 3143
CAUSALE: Nome Cognome dell'iscritto + Data di nascita + Numero Settimana

DAL 12 GIUGNO TORNA L'UNICO, VERO ED INIMITABILE CAMP ESTIVO
10 SETTIMANE DI DIVERTIMENTO E DI IMMERSIONE NEL MONDO DELLO SPORT PER BAMBINI/E RAGAZZI/E DAI 4 AI 17 ANNI dal lunedì al venerdì dalle 7.45 alle 17.00
CORRI AD ISCRIVERTI!!

CON LA COLLABORAZIONE
Siano Capitale Italiana della Cultura 2023 BERGAMO BRESCIA

SanFilippo
Società Ginnastica Bresciana Forza e Costanza A.S.D.
Via L. Bazzoli, 10 - 25127 Brescia • Tel 030 2411007
segreteria@forzaecostanzabrescia.it • www.forzaecostanzabrescia.it

SICES