



SEASON 2026/27

HIT THE GAME

It's a mindset



ALBA CHEER TITANS SEASON 2026/27

La stagione 2026/27 di Alba Cheer Titans rappresenta un nuovo passo nel percorso di crescita del progetto sportivo Titans: un ambiente sempre più strutturato, in cui tecnica, lavoro quotidiano e identità di squadra si sviluppano insieme, giorno dopo giorno.

HIT THE GAME è il titolo che accompagnerà questo nuovo anno sportivo. Un titolo che va oltre al richiamo alla performance ed è espressione di una mentalità condivisa: affrontare ogni allenamento, ogni sfida e ogni esperienza con presenza, intensità, responsabilità e voglia di crescere insieme.

Il livello nasce dentro la palestra, negli allenamenti condivisi, nelle correzioni dei coach, nelle difficoltà affrontate come gruppo e nei piccoli progressi che, nel tempo, costruiscono qualcosa di più grande.

Entrare nel mondo Titans significa vivere **un percorso fatto di energia, disciplina, appartenenza e crescita personale**, dove ogni atleta contribuisce all'identità del team attraverso il proprio lavoro, il proprio atteggiamento e la propria capacità di esserci quando conta davvero.

La stagione accompagnerà atleti e staff attraverso competizioni, esperienze internazionali, momenti di squadra e nuove sfide, all'interno di un ambiente sempre più riconoscibile per mentalità, metodo e cultura sportiva vincente.

HIT THE GAME. It's a mindset.

1. CHI SIAMO

Fondata ad Alba nel 2015, Alba Cheer si è affermata su scala nazionale e internazionale grazie a numerosi successi e a una marcata identità.

Costruiamo atleti, squadre e risultati da oltre 10 anni.



Da sempre la mission del club è lavorare per l'eccellenza sportiva e per la diffusione di una positiva immagine del cheersport che faccia di Alba una delle capitali internazionali di questo sport.

Tra i principali risultati sportivi ricordiamo:

23 titoli nazionali team, di cui 5 consecutivi nella massima categoria

19 primi posti in competizioni internazionali

1 CheerWorlds bid, 4 Summit bid e 4 European Summit bid

3° posto agli europei ICU-ECU di Ljubljana 2025 nel Senior coed Elite

3° posto agli europei ICU-ECU di Verona 2023 nello Youth all girl median

5° posto al The Summit 2025 nell'U18 coed lv. 3

1.1 I valori



Il risultato è importante. Il percorso ancora di più.

Rispetto verso gli atleti e le famiglie, i coach e i dirigenti, la società sportiva e le attrezzature.

Lealtà nei confronti dei compagni e degli avversari.

Fiducia nelle persone e in una proposta sportiva chiara e definita.

2. TEAM AGONISTICI

2.1 Cheer team: tante squadre per tanti livelli



TEAM PEEWEE

Team per bambine/i nate/i dopo il 2014 compreso; il programma prevede la partecipazione a 2 o 3 competizioni internazionali.

5,5 ore / settimana di allenamento.



TEAM JUNIOR

Team per ragazze/i nate/i dal 2015 al 2008 compresi; il programma prevede la partecipazione a 2 o 3 competizioni internazionali.

5,5 ore / settimana di allenamento.



TEAM SENIOR

Team per ragazze/i nate/i entro il 2011 compreso; il programma prevede la partecipazione a 2 o 3 competizioni internazionali.

5,5 ore / settimana di allenamento.



TEAM MASTER

Team per adulte/i nate/i a partire dal 1996 compreso; il programma prevede la partecipazione ad almeno 1 competizione internazionale e alle esibizioni organizzate dalla società sportiva.

1,5 ore / settimana di allenamento

2.2 Dance team: due squadre per crescere ancora



TEAM PEEWEE POM

Team per bambine nate dal 2018 al 2016 compresi; il programma prevede la partecipazione a 2 competizioni internazionali.

3 ore / settimana di allenamento.



TEAM JUNIOR POM

Team per ragazze nate dal 2015 al 2010 compresi; il programma prevede la partecipazione a 2 competizioni internazionali.

3 ore / settimana di allenamento.

2.3 Composizione dei team

Il numero di team agonistici per ogni fascia d'età, le categorie, i livelli e la composizione dei roster sono definiti in seguito ai tryout dei cheer team e alle audizioni dei dance team, in base a quanto mostrato dagli atleti, alle competizioni scelte e ai regolamenti specifici delle stesse.

Nel corso della stagione possono essere previste variazioni nella composizione dei team a seguito dell'evoluzione tecnica di ciascun atleta e alle esigenze delle squadre.

2.4 Team pre-agonistici



BABY TITANS

Team di cheerleading per bambine/i nate/i dal 2023 al 2019 compresi; il programma prevede la partecipazione alle esibizioni organizzate dalla società sportiva.

1,5 ore / settimana di allenamento.



EASY / ENTRY TITANS

2 Team di cheerleading per bambine/i nate/i dal 2020 al 2015 compresi; il programma prevede la partecipazione alle esibizioni organizzate dalla società sportiva.

1,5 ore / settimana di allenamento.



STARTING TITANS

Team di cheerleading per ragazze/i nate/i dal 2016 al 2010 compresi; il programma prevede la partecipazione alle esibizioni organizzate dalla società sportiva.

1,5 ore / settimana di allenamento.



MINI FREE TITANS

Team di performance cheer per bambine e ragazze nate dal 2020 al 2014 compresi; il programma prevede la partecipazione alle esibizioni organizzate dalla società sportiva.

1,5 ore / settimana di allenamento.

3. COMPETIZIONI



I trofei si vincono in allenamento. In gara si va a ritirarli.

La competizione rappresenta il momento culminante del percorso di apprendimento: una verifica concreta del lavoro svolto e un'opportunità di crescita. Il confronto con gli altri team e il feedback dei giudici offrono stimoli tecnici e motivazionali fondamentali, trasformando la gara nell'occasione in cui esprimere e valorizzare quanto costruito in allenamento.

Il programma agonistico prevede la partecipazione a competizioni internazionali, con l'obiettivo di misurarsi con le realtà più competitive del panorama e alzare costantemente il livello.

La selezione in un determinato team consente di accedere agli allenamenti e al relativo percorso tecnico. La partecipazione alla routine di gara è legata al raggiungimento degli obiettivi stabiliti dai coach.

È inoltre prevista la possibilità di inserire atleti in ogni team con il ruolo di riserva, garantendo continuità e profondità al gruppo.

3.1 Alba Cheer Titans realtà internazionale

Per la stagione 2026-27, Alba Cheer punta a consolidarsi tra le realtà europee più ambiziose e complete, come modello capace di formare, competere, ispirare e innovare.

Il club intende ampliare il proprio programma agonistico, allestendo il maggior numero possibile di team nelle categorie che mettono in palio bid per prestigiose competizioni come European Summit, Summit e CheerWorlds.

Lo staff tecnico definirà in fase di tryout categorie, livelli e roster, con l'obiettivo di esprimere il massimo livello competitivo e valorizzare il percorso di crescita degli atleti, garantendo al tempo stesso qualità tecnica e opportunità concrete di partecipazione e gratificando ciascun atleta per i risultati conseguiti a livello personale e con il team.

4. PROGRAMMA SPORTIVO

Costanza, organizzazione e responsabilità.



Gli allenamenti rappresentano il momento più importante del programma sportivo: consentono agli atleti di acquisire le tecniche e perfezionare le dinamiche di gruppo per prepararsi alle competizioni

4.1 Presenza agli allenamenti

Presenziare agli allenamenti con puntualità e rispetto degli orari è un dovere e condizione indispensabile per far parte della squadra, per essere al passo con il programma tecnico e anche per permettere ai compagni di squadra di allenarsi con regolarità.



Negli sport di squadra ciascun atleta mette a disposizione se stesso per il team.

Il cheersport è fatica, impegno e disciplina; ma anche legami, rispetto, lealtà, condivisione e crescita personale.

4.2 Assenza dagli allenamenti

Gli atleti infortunati sono tenuti a presentarsi regolarmente agli allenamenti, salvo che abbiano in concomitanza visite o sedute di riabilitazione: verranno indirizzati dal preparatore atletico ad esercizi alternativi o di recupero concordati con gli specialisti e saranno comunque coinvolti ad assistere e condividere con i compagni i progressi del team.

Le assenze certe dagli allenamenti devono essere comunicate online tramite la compilazione di un modulo dedicato presente sul sito web del club con **almeno 7 giorni di preavviso**. Solo in caso di emergenze giornaliere si prega di comunicare tramite WhatsApp allo 0173.217824.

Nei team agonistici le assenze sono giustificate solo per malattia o gravi impedimenti familiari. Essendo il cheersport un'attività di squadra che necessita un lavoro uniforme di tutto il team, con assenze, anche giustificate, superiori al 20% rispetto agli allenamenti previsti l'atleta non potrà continuare il programma agonistico con il team; in caso di infortuni o malattie prolungate si valuterà caso per caso la migliore modalità di coinvolgimento dell'atleta.

4.3 Stage tecnici

Alba Cheer si avvale della consulenza tecnica di **coach e coreografi di livello internazionale**. Nel corso dell'anno sono calendarizzati momenti di stage che vedono la presenza di allenatori stranieri per weekend intensivi o intere settimane.

Questi allenamenti sono **programmati da inizio stagione** e rappresentano un momento fondamentale per la crescita tecnica dei team agonistici e la creazione degli esercizi di gara.

In occasione della presenza dei consulenti internazionali possono essere calendarizzati anche stage integrativi facoltativi per gli atleti dei team pre-agonistici.

4.4 Tumbling classes / acrobatica

Le classi di tumbling per il cheerleading e l'acrobatica per il dance sono **strutturate in base agli elementi tecnici insegnati, secondo un processo crescente**.

A seconda del livello, ciascun atleta viene indirizzato alla classe indicata; nel corso dell'anno sportivo è prevista la possibilità di cambiare classe conseguentemente all'evoluzione tecnica individuale o alle esigenze del team.

Per gli agonisti è **obbligatoria la frequenza di almeno 1 classe a settimana**.

4.5 Gestione infortuni



Ritornare in sicurezza e con la massima efficacia

In caso di infortunio, anche qualora avvenuto in un contesto non sportivo, è **richiesto che ciascun atleta lo comunichi alla segreteria della Palestra Titans** che avvierà la seguente procedura:

1. informare i coach
2. confronto con il preparatore atletico
3. prenotazione di eventuale 1° consulto fisioterapico gratuito
4. invio alla visita
5. relazione scritta del fisioterapista
6. condivisione con la famiglia del programma di recupero
7. avvio del programma di recupero

Le visite prenotate dal club possono usufruire di particolari convenzioni; chi preferisse rivolgersi presso uno specialista di fiducia è invitato comunque a seguire la procedura indicata, con particolare attenzione ai seguenti aspetti:

1. segnalazione allo specialista del carattere agonistico della pratica sportiva e richiesta di confronto con il club
2. segnalazione allo specialista della possibilità di svolgere attività alternativa e di recupero presso la Palestra Titans sotto la guida di un professionista
3. richiesta di invio da parte dello specialista della relazione scritta e del programma di recupero
4. presa di contatto tra i professionisti del club e lo specialista

L'obiettivo primario per ciascun atleta infortunato è il ritorno all'attività in sicurezza e con la massima efficacia.

4.6 Private lessons



TUMBLING / GROUP STUNT / PARTNER STUNT / FLYER

Su richiesta, si possono frequentare allenamenti integrativi di tumbling, group stunt, partner stunt, **sessioni speciali per flyer**.

Per partecipare a competizioni di group stunt e partner stunt è necessario dedicare allenamenti specifici a tali specialità al fine di esercitare le tecniche avanzate e preparare le coreografie.

4.7 Preparazione atletica

Gli allenamenti di preparazione atletica sono indispensabili per migliorare le capacità funzionali, oltre a limitare l'insorgere degli infortuni negli atleti.

Ad integrazione della regolare pratica con il team **gli atleti possono avvalersi di un programma specifico dedicato a** forza, mobilità e propriocezione. a cura del preparatore atletico della Palestra Titans.

Per gli atleti senior sono previste facilitazioni e speciali convenzioni per l'utilizzo della sala attrezzi e degli spazi della palestra.

NOVITA' 26/27: sarà possibile prendere parte ad un programma di preparazione atletica di gruppo.

4.8 Le esibizioni

La società sportiva partecipa ad esibizioni su invito e ne organizza di propria iniziativa; le esibizioni sono finalizzate a promuovere le attività della palestra e il cheersport come disciplina sportiva.

Ogni eventuale compenso o contributo ricevuto dalle esibizioni viene reinvestito per le attività dei team.

Le esibizioni a calendario sono a tutti gli effetti parte del programma della stagione sportiva; ciascun atleta è tenuto a presenziare a quelle indicate.

4.9 Le trasferte



Esperienze internazionali in primo piano

Il club provvede all'organizzazione della trasferta di squadra per atleti, coach e staff. La pianificazione di viaggio, pernottamenti, logistica e ogni aspetto dedicati alla trasferta sono a cura della società sportiva, che è presente al seguito dei team con un numero di coach e personale tale da gestire al meglio ogni situazione.

Le trasferte degli atleti alle competizioni e alle esibizioni possono avvenire, a seconda delle destinazioni e delle esigenze, con i van della Palestra Titans, pullman gran turismo, treni, aerei, o altri mezzi a noleggio.

Le spese per la quota di partecipazione alle competizioni, la trasferta, l'assistenza di coach e staff e il pernottamento sono a carico degli atleti.

Gli atleti viaggiano sempre insieme alla squadra, dalla partenza all'arrivo, e soggiornano nell'hotel indicato, dove non è prevista la presenza dei famigliari.

Le trasferte alle competizioni si concludono alla Palestra Titans con la tradizionale foto di gruppo ("I trofei si vincono in allenamento, in gara si va a ritirarli").

Eventuali supporter al seguito possono organizzare il viaggio avvalendosi del Titans Fan Club, oppure in modo autonomo, con l'accortezza di seguire un itinerario e di soggiornare in hotel differenti da quelli scelti dai team.

4.10 Le musiche

Le musiche delle routine dei team di Alba Cheer Titans sono prodotte da provider tra i più qualificati a livello mondiale. Il club acquista una musica personalizzata per ogni team; qualora fosse necessario realizzare nuove musiche per le competizioni di group stunt, partner stunt e double è richiesto un contributo agli atleti.

4.11 Le divise da gara

La divisa da gara è fornita in comodato d'uso per l'intera stagione e rimane all'atleta fino al termine dell'anno sportivo, con la possibilità di cambiare taglia se necessario.

A fine stagione o all'inizio della successiva chi lo desiderasse può riscattarla ai seguenti prezzi integrativi: € 150,00 (dopo il 1° anno di utilizzo della stessa divisa), € 100,00 (dopo il 2° anno di utilizzo della stessa divisa), € 50,00 (dopo il 3° anno di utilizzo della stessa divisa). Le divise riscattate non sono più sostituibili nella taglia.

4.12 L'abbigliamento

Per l'abbigliamento ufficiale e le scarpe da cheerleading **Alba Cheer si affida a Varsity, leader mondiale nel settore**, che propone anche merchandising personalizzato dedicato al team.

Il club fornisce agli atleti una t-shirt per ciascun giorno settimanale di allenamento; chi lo necessitasse potrà acquistarne di integrative presso lo shop della Palestra Titans, dove è possibile trovare ogni altro capo di abbigliamento brandizzato: calze, tute, zaini e altro merchandising.

4.13 Dress code

Agli allenamenti gli atleti devono presentarsi sempre con la t-shirt della stagione sportiva in corso, scarpe pulite e idonee al cheerleading o scarpette a mezza punta per il performance cheer. Le ragazze devono essere pettinate con i capelli raccolti, le unghie delle mani corte; non si possono indossare orecchini, collane, anelli, piercing e oggetti pericolosi.

Si richiede agli atleti di presentarsi alle trasferte con la t-shirt della stagione sportiva in corso, pantaloni lunghi o corti neri, tuta della squadra o ogni altro capo / accessorio del team che desiderino.

5. CENTRO TECNICO

“LA PALESTRA TITANS”

Gli allenamenti, suddivisi in pratica con il team e classi di tumbling / acrobatica, si svolgono presso il centro tecnico “La Palestra Titans” di Guarene, fraz. Vaccheria (Corso Asti, 14, alle porte di Alba).

La frequenza è soggetta al regolare pagamento della quota di iscrizione.



Qualità dell'ambiente favorisce qualità degli atleti.

5.1 I coach

L'organico di Alba Cheer è costituito da coach che svolgono un **costante percorso di formazione e aggiornamento** secondo i programmi internazionali.

Ai team coach si affiancano il preparatore atletico, i tumbling coach specializzati nel lavoro di acrobatica e gli assistant coach.

I coach sono supportati dalla **consulenza di esperti internazionali**, periodicamente ospiti alla Palestra Titans per giornate di stage tecnici e di formazione.

5.2 Le attrezzature

La Palestra Titans è attrezzata con quanto necessario per svolgere un lavoro d'eccellenza e ogni anno investe risorse in nuove attrezzature.

Sono presenti: uno spring floor di 14mt x 14mt equiparabile a quello utilizzato nelle principali competizioni internazionali; un Air Track professionale da 12mt; il trampolone elastico con arrivo in buca; mini Air Track, materassi, tappeti, facilitazioni e innumerevoli attrezzature omologate per l'acrobatica.

6. SERVIZI INTEGRATIVI



Facilitare la frequenza e migliorare l'esperienza.

6.1 Pick-up con Cheervan

Alba Cheer facilita la frequenza della Palestra Titans offrendo un servizio di pick-up per gli atleti, con punti di prelievo presso le principali scuole di Alba e dintorni.

Su richiesta, possono essere gestiti anche trasporti di ritorno a domicilio al termine degli allenamenti, o altri servizi personalizzati. Il servizio è gestito con tre van di proprietà della palestra, prenotabili con abbonamento mensile; al fine di garantire la disponibilità di posti, è previsto **fino al 31 Agosto un diritto di prelazione** per le prenotazioni da parte degli atleti dei team agonistici.

6.2 Casa Titans: bistrot e spazio studio

La proposta di Alba Cheer si completa con i servizi offerti da Casa Titans. Adiacente alla Palestra, all'interno del complesso si identificano due spazi: il bistrot, dove poter pranzare con menù convenzionati; la club house con il servizio dopo-scuola a cura di una professionista.

7. IL MONDO TITANS



Essere parte di qualcosa che va oltre l'allenamento.

7.1 Media day

Al termine della prima settimana di allenamenti tutti gli atleti agonisti saranno invitati al **media day** in cui si realizzeranno le **fotografie ufficiali, oltre a produzioni destinate ai social media e video esclusivi**. La giornata avrà anche una finalità aggregativa, permettendo ai gruppi di conoscersi meglio grazie ad attività di **team building**: tra i momenti più apprezzati, **ciascun team avrà la possibilità di scegliere il proprio nome** e creare il motto che lo accompagnerà durante la stagione sportiva.

7.2 App MyTitans

L'app MyTitans permette di reperire ogni informazione in tempo reale relativamente a iscrizioni e attività, oltre a favorire l'interazione con la società sportiva. Scaricabile gratuitamente dagli store on line, è sviluppata per rendere completa anche l'esperienza virtuale. Insieme al sito internet della società sportiva **www.albacheer.com** è il canale informativo ufficiale.

7.3 Social media

I profili e le pagine di Alba Cheer sui principali social network consentono di ottenere ulteriori dettagli sulle attività e sulle iniziative del club. Si invitano tutti gli atleti e supporter a dare risalto mediatico alle attività svolte con il team attraverso pubblicazioni social con l'utilizzo degli hashtag **#AlbaCheer** e **#Titans**.

7.4 Cheerbook & Titans Museum VR

L'impegno editoriale di Alba Cheer Titans rappresenta un elemento distintivo del progetto sportivo e culturale del club. Attraverso la realizzazione del Cheerbook, la società si racconta valorizzando storie, emozioni e traguardi condivisi dalla community Titans. In particolare, il Cheerbook Vol. 3 accompagna atleti e famiglie in un'esperienza innovativa grazie all'accesso esclusivo al Titans Museum 360°, il museo virtuale dedicato ai primi 10 anni di storia del club. Realizzato con tecnologia VR, il progetto consente di esplorare ambienti immersivi, contenuti interattivi e video esclusivi, vivendo in prima persona i momenti più significativi del percorso di Alba Cheer.

7.5 Attività di volontariato

Gli atleti di almeno 14 anni che lo desiderano possono rendersi disponibili per attività di volontariato.

Chi aspira a diventare coach o vuole sperimentarsi in questo ruolo, può essere coinvolto come assistant coach. Chi preferisce assumere altri incarichi, può rendersi disponibile per lavori di logistica, assistenza in sala attrezzi (maggiori di 18 anni), supporto ai social media, collaborazione durante l'organizzazione degli eventi o altre attività durante l'anno.



Le attività di volontariato richiedono un impegno serio, responsabile e costante; non sono remunerate, ma consentono l'ottenimento di crediti scolastici.

Chi sceglie di mettersi in gioco e svolgere l'attività di assistant coach diventa "testimonial" di Alba Cheer, riceve gadget e merchandising esclusivi ed è un rappresentante dei Titans anche al di fuori della palestra.

Per essere inseriti nello staff si fa richiesta alla segreteria della Palestra Titans entro il 31/08. Seguono un colloquio e un percorso formativo prima dell'effettivo inserimento. La formazione degli assistant coach continua per tutto l'anno con periodici incontri tecnici e di verifica dell'operato svolto.

7.6 Borsa di studio

Ogni anno Alba Cheer invita gli atleti che si distinguono tanto nello sport quanto nello studio a presentare domanda per ottenere il premio borsa di studio che omaggia l'iscrizione agli stage con allenatori internazionali.

I requisiti di ammissione alla graduatoria sono: avere la media scolastica di fine anno (o voto di ammissione all'esame) pari o superiore all'8; aver frequentato almeno l'85% degli allenamenti previsti dal programma; avere conseguito risultati di rilievo nel corso della stagione appena conclusa.

7.7 Titans fan club

Accompagnatori e tifosi che per le trasferte desiderano viaggiare a supporto dei team possono pianificare autonomamente il viaggio o fare riferimento al programma organizzato dal Titans Fan Club.

Il Titans Fan Club è coordinato dalle "cheer mom" e dai "cheer dad", che in occasione delle competizioni dei team si occupano dei viaggi gestendo prenotazioni alberghiere e trasporti per gli accompagnatori.

7.8 Partnership

La dirigenza del club è interessata a presentare il progetto sportivo a potenziali partner che si dimostrino disponibili ad offrire un supporto materiale mettendo a disposizione risorse a **sostegno delle importanti trasferte internazionali**.

Affiancare il proprio nome a quello dei team Titans di Alba Cheer contribuisce ad **accrescere l'immagine aziendale, acquisendo reputazione in quanto partner di un programma sportivo prestigioso, innovativo e vincente**.

La visibilità viene garantita grazie a strumenti di comunicazione tradizionali (merchandising, gadget, materiale cartaceo), o digitali (newsletter, post e stories) e ad una capillare presenza sul territorio oltre che nei panorami di gara nazionali e internazionali.

8. SUPPORTO MEDICO E CONVENZIONI



Prevenzione e gestione al centro della performance

8.1 Convenzione Medical Lab

Medical Lab è un centro di medicina dello sport e fisioterapia di Alba.

L'accordo di convenzione attivo tra Alba Cheer e il Medical Lab prevede:

- tariffa in convenzione per la visita agonistica
- primo consulto fisioterapico gratuito entro le 24 ore dall'infortunio con prenotazione a cura della società sportiva
- visite specialistiche entro le 48 ore dall'infortunio
- tariffe in convenzione per visite specialistiche e sedute di fisioterapia

8.2 Convenzione dott. Piano

Fisioterapista laureato presso l'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, ha successivamente conseguito il titolo di Orthopedic Manipulative Therapist (OMT) - titolo riconosciuto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità - completando il Master in Riabilitazione dei disordini muscoloscheletrici presso l'Università di Genova.

Il dott. Piano è a disposizione degli atleti in caso di infortuni derivanti dagli allenamenti o che comunque ne possano pregiudicare lo svolgimento, oltre a dispensare loro e i coach di importanti nozioni sulla gestione dei principali quadri clinici che possono verificarsi sul campo.

La convenzione prevede un primo consulto fisioterapico e una visita di controllo gratuiti per gli atleti dei team agonistici; eventuali cicli fisioterapici sono a carico degli atleti.

8.3 Convenzione Ferrero Assicurazioni

Il cheersport è un'attività sportiva per la quale **è consigliata un'idonea copertura assicurativa privata** ad integrazione delle polizze previste con il tesseramento agonistico e con l'iscrizione alla Palestra.

Al fine di supportare tutti gli atleti e in particolare quelli dei livelli più avanzati, Alba Cheer ha convenzionato con **l'agenzia Ferrero Assicurazioni** di Alba una speciale polizza riguardante la **copertura delle spese per visite mediche ad alta specializzazione** e per **trattamenti fisioterapici** finalizzati alla cura di piccoli o gravi infortuni che potrebbero accadere nella pratica sportiva.

8.4 Consulenza nutrizionista

Alba Cheer collabora con il dott. Luca Musselli, nutrizionista specializzato in biotecnologie molecolari e scienze per la salute. **Il dott. Musselli è a disposizione degli atleti per consulenze nutrizionali o visite complete, consigli alimentari o vere e proprie diete.** Le visite sono su appuntamento e convenzionate con un tariffario dedicato agli atleti dei team agonistici.

8.5 Programma AIR FLOW - NOVITA' 26/27

Alba Cheer ha avviato una nuova collaborazione con **Nicola Drocco** nell'ambito del programma AIR FLOW. Docente presso la Medical Breathe University di Mike Maric, Drocco è **formatore e coach specializzato in performance sportiva e respirazione applicata allo sport**, oltre a vantare esperienze come istruttore federale di skeleton e atleta olimpico ai Giochi Invernali di Vancouver 2010.

Il programma **AIR FLOW** è dedicato ad atlete/i che desiderano migliorare benessere, concentrazione e performance sportiva attraverso una maggiore consapevolezza respiratoria. Il percorso aiuterà a gestire meglio energia, emozioni e controllo del corpo durante l'attività sportiva, grazie a esercizi pratici e a un metodo basato su principi scientifici.

Grazie a questa convenzione tutti gli atleti dei team agonistici di Alba Cheer potranno accedere ad un tariffario di favore.

9. CODICE ETICO

Atleti, coach e dirigenti, rappresentano se stessi, la società sportiva, gli sponsor, la città di Alba e tutte le Istituzioni che patrocinano il team. Ciò vale in palestra, durante le esibizioni, le trasferte e nella vita di tutti i giorni.



Sport is lifestyle.

Per questo si richiede loro un comportamento serio, educato e rispettoso di questo programma, all'insegna del cheer spirit che contraddistingue il cheersport.

9.1 Antidoping

A tutti gli atleti è fatto divieto di assumere sostanze dopanti; qualora questo dovesse avvenire per ragioni di salute, è richiesta la consegna della prescrizione medica in segreteria. Chi risultasse positivo ad un controllo antidoping e fosse sprovvisto di prescrizione sarà immediatamente sospeso dalle attività del team fino agli esiti delle eventuali controanalisi; qualora ulteriormente positive, si avrà l'espulsione dal team e l'avvio di procedimenti legali per danno di immagine.

9.2 Fumo, alcool e stupefacenti

A coach, dirigenti e atleti è fatto divieto assoluto di fumare e di assumere sostanze alcoliche o stupefacenti negli spazi della palestra, sia interni che esterni, durante le trasferte sportive e in tutte le situazioni in cui si rappresenta, anche indirettamente, la società sportiva.

Tale comportamento è richiesto in quanto parte integrante dell'identità e dei valori del club, che si fonda su disciplina, responsabilità e rispetto del contesto sportivo e delle persone coinvolte. Il rispetto di questa norma è condizione essenziale di appartenenza al programma.

9.3 In trasferta

Durante le competizioni gli atleti e il pubblico di Alba Cheer **rispettano tutte le squadre di ogni categoria e divisione**, indipendentemente che questo avvenga in modo reciproco.

9.4 Abbandono del team

In caso di interruzione volontaria dell'attività, non è previsto alcun rimborso delle quote versate.



Scegliere di abbandonare il team nel corso della stagione significa venire meno all'impegno nei confronti di se stessi, della squadra e del club.

In caso di interruzione per grave infortunio, è prevista la conversione della quota residua in lezioni di recupero funzionale e riatletizzazione.

La mancata partecipazione ad una competizione per qualsivoglia motivo non prevede la possibilità di ricevere un rimborso della quota prevista per la trasferta.

9.5 Sanzioni

Il mancato rispetto di questo programma, delle norme di legge, dei regolamenti delle competizioni e più in generale di tutto ciò che è considerato buon costume comporterà, a seconda della gravità e della perseveranza, le opportune sanzioni, in particolare laddove si arrechi danno all'immagine della Palestra e della società sportiva, anche tramite l'utilizzo dei social network.

Il procedimento di sanzione, a seconda del perpetuarsi e della gravità dell'infrazione, prevede sanzioni progressive fino all'esclusione dal team e all'avvio di procedure legali per richiesta di risarcimento danni.

In nessun caso potrà essere restituito quanto versato per l'iscrizione alla stagione sportiva.

10. ISCRIZIONI

10.1 Necessario per la registrazione

Modulo di adesione al club compilato e firmato con versamento della quota di iscrizione

Copia del documento di identità e tessera sanitaria dell'atleta in corso di validità (passaporto e permesso di soggiorno per gli extracomunitari)

Per i minori di 14 anni, copia del documento di identità dei genitori (o tutore)

Visita medica per l'attività agonistica in corso di validità – per under 8 visita del pediatra con ECG a riposo

Modulo per il tesseramento sportivo compilato e firmato con versamento della tassa prevista dall'ente di promozione sportiva

10.2 Modalità e termini

Entro il 12 Luglio: pre-iscrizione attività agonistica: con acconto minimo non rimborsabile di euro 180,00; la pre-iscrizione è nominale e nel caso di scelta del programma agonistico non è trasferibile ad altra attività. Con la pre-iscrizione si ha diritto ad una t-shirt supplementare e alla personalizzazione di tutte le t-shirt con il proprio nome.

Entro il 12 Luglio: registrazione ai tryout agevolata per i pre-iscritti alla stagione sportiva (€ 20,00 anziché € 55,00)

Entro il 31 Luglio: pre-iscrizione attività pre-agonistica: con acconto minimo non rimborsabile di euro 100,00; la pre-iscrizione è nominale e dà diritto ad una t-shirt personalizzata con il proprio nome.

Entro il 31 Agosto: saldo della quota di iscrizione; **adesione con diritto di prelazione ai servizi integrativi** di pick-up e doposcuola.

CONTATTI E INFORMAZIONI

La Palestra Titans - C.so Asti, 14 - 12050 Guarene – Fraz. Vaccheria

www.albacheer.com / info@albacheer.com

Tel. e WhatsApp 0173.217824

Instagram: [@titans.albacheer](https://www.instagram.com/titans.albacheer) / [@titans.lapalestra](https://www.instagram.com/titans.lapalestra)