

# BOUNCE INC SUMMER CAMPS



## BENVENUTO IN BOUNCE

BOUNCE è un luogo che crea e celebra la gioia, il divertimento e l'adrenalina. Facciamo parte di un movimento globale di freestyle che promuove l'espressione di sé e la connessione umana nell'attività fisica.

Il concept BOUNCE permette di sviluppare movimenti atletici fondamentali aprendo l'entusiasmante mondo dello sport d'avventura. Fornisce anche la base di sviluppo per qualsiasi altro sport.

Ogni centro BOUNCE è un parco adrenalinico che comprende circa 2.000 metri quadrati di trampolini interconnessi, percorso a ostacoli e airbag. È il perfetto parco di divertimenti per un gruppo di qualsiasi livello di abilità ed età.

Attraverso età e livelli di abilità diversi, BOUNCE è diventata una destinazione amata da famiglie, scuole e giovani che vengono in BOUNCE per apprendere nuove capacità, risvegliare la fiducia e lasciarsi andare.

“

*Il mondo sta affrontando alcune grandi sfide legate all'inattività fisica e alla disconnessione sociale. Abbiamo visto il potere positivo del nostro personale, delle nostre sedi e del nostro marchio di ispirare i giovani a muovere i loro corpi, esprimersi e connettersi tra loro in modo da avere un impatto di cambiamento sulla loro vita.*

- Ant Morell, Co-Founder

”



**BOUNCE INC**  
FREE SPIRITS UNLEASHED

# CENTRI ESTIVI IN BOUNCE.

Ogni anno in tutte le venue BOUNCE presenti nelle 16 nazioni nel mondo, ospitiamo migliaia di centri estivi. Non importa l'età o il livello di abilità, i nostri host si assicureranno che ogni bambino viva un'esperienza unica e indimenticabile!

Abbiamo una selezione di pacchetti e siamo disponibili ad adattarci a qualsiasi esigenza e obiettivo specifici.

Le sessioni BOUNCE sono state sviluppate per fornire benefici fisici, sociali ed emotivi a bambini di ogni età. L'esperienza incoraggia anche una mentalità positiva nello sviluppo di abitudini verso la pratica dello sport.

L'ambiente BOUNCE aiuta i bambini a sviluppare amicizie e abilità sociali mantenendosi sani e attivi. Le sessioni di gruppo che abbiamo progettato per i centri estivi, sono dirette allo sviluppo dei fondamenti atletici dell'equilibrio, coordinazione e agilità attraverso il nostro entusiasmante programma di freestyle.

**Bounce offre agli studenti l'opportunità di provare sentimenti di euforia, libertà, sfida, avventura e realizzazione in un unico contesto educativo.**

**- Jeff Emmel  
Sviluppo delle risorse nazionali ACHPER  
Ed ex direttore esecutivo nazionale**

## **BOUNCE**<sup>INC</sup> **FREE SPIRITS UNLEASHED**

In diversi paesi, culture, età e livelli di abilità stiamo ingrandendo la nostra tribù di Freestyle.

### ESPERIENZA BOUNCE

BOUNCE è un luogo in cui sviluppare e imparare a sfruttare l'equilibrio, la coordinazione e l'agilità attraverso una miscela unica di divertimento e freestyle.

  
**DIVERTIMENTO**

Un senso di gioia e felicità nella partecipazione.

  
**FREESTYLE**

Esprimersi liberamente in modo creativo attraverso il movimento.

  
**PROGRESSIONE**

Continuo miglioramento e percorso verso la padronanza nei movimenti.

  
**SVILUPPO**

Avanzamento olistico. Benefici come la fiducia in se stessi e autostima.

**BOUNCE**<sup>INC</sup>  
**FREE SPIRITS UNLEASHED**

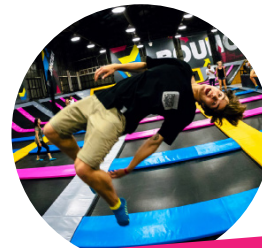
# BENEFICI FISICI, SOCIALI ED EMOTIVI



Pre-Scolare



Scuola Primaria



Scuola Secondaria

COSA SIGNIFICA FREESTYLE?	Divertimento nell'esercizio fisico	Espressione in movimento	Espressione creativa e avventura-sfida
<b>BENEFICI DELLO SVILUPPO</b>			
FISICO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sviluppo dell'equilibrio, della coordinazione e dell'agilità</li> <li>• Sviluppo dell'abilità motoria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sviluppo della forza e miglioramento dell'equilibrio, della coordinazione e dell'agilità</li> <li>• Affinamento delle abilità motorie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sviluppo avanzato della coordinazione e della consapevolezza dello spazio</li> <li>• Sviluppo di abilità di movimento utili in qualsiasi attività sportiva</li> </ul>
EMOTIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stimolazione dell'immaginazione e della fiducia in se stessi</li> <li>• Creazione di una connessione tra l'attività fisica e il divertimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumento della fiducia e dell'autostima</li> <li>• Creazione di un collegamento tra l'attività fisica e divertimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumento della fiducia e dell'autocoscienza</li> <li>• Senso di libertà</li> </ul>
SOCIALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aiuto nella creazione di amicizie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incoraggiamento all'inclusione sociale.</li> <li>• Sviluppo di abilità nel lavoro di gruppo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aiuta lo sviluppo della fiducia in se stessi nei lavori di gruppo</li> </ul>



## OGNI SESSIONE HA UN HOST DEDICATO

I nostri host aiutano e insegnano ai bambini come affrontare le sfide fisiche e mentali in modo sicuro. Inoltre si assicurano che la sessione si svolga senza intoppi e che tutti vivano un'esperienza incredibile.



AMICIZIA » SICUREZZA » AIUTO

Gli host BOUNCE sono selezionati e formati sulla nostra filosofia di movimento, espressione di sé e connessione umana.

# 7 BENEFICI PER LA SALUTE

## 1 / FITNESS CARDIOVASCOLARE

Secondo la NASA "10 minuti di rimbalzo sul trampolino corrispondono a un allenamento cardio di 30 minuti di corsa". Rimbalzare su un trampolino aiuta anche a liberare il corpo dalle tossine.

## 2 / AGILITÀ E COORDINAZIONE

Saltare sul trampolino migliora la consapevolezza del proprio corpo, il senso dell'equilibrio e la coordinazione. Saltando impariamo a controllare la coordinazione di braccia e gambe e a modificare di conseguenza la posizione del nostro corpo. Lo sviluppo della coordinazione e della motricità possono aiutare in altri sport che richiedono un'elevata coordinazione occhio-mano e di tipo generale.

## 3 / ESERCIZI A BASSO IMPATTO

Sebbene il trampolino elastico offra un allenamento intensivo per muscoli e ossa, il tappeto o la pedana assorbono l'80% dell'urto del rimbalzo. A differenza del jogging o del tennis, il trampolino elastico offre al corpo un allenamento completo riducendo il rischio di danneggiare le articolazioni, specialmente caviglie e ginocchia. Ciò risulta particolarmente benefico per persone a mobilità ridotta o in riabilitazione.

## 4 / TONIFICAZIONE DEI MUSCOLI

L'attività base svolta sul trampolino aiuta a migliorare la forza di tutto il corpo. Migliora il tono e l'elasticità muscolari e riduce la percentuale di grasso corporeo. L'utilizzo regolare di un trampolino può inoltre migliorare la postura e la salute muscolare in generale. I muscoli sono costantemente coinvolti al mantenimento dell'equilibrio.

## 5 / MIGLIORAMENTO DELLA SALUTE

Rimbalzare su un trampolino regolarmente aiuta l'aumento della capacità del corpo di bruciare più calorie in modo efficiente.

L'aumento dell'accelerazione di gravità percepita durante l'allenamento su trampolino rinforza le cellule del corpo. Questo tipo di esercizio aiuta ad aumentare l'attività delle cellule immunitarie mantenendo alte le difese naturali del corpo e riducendo la probabilità di ammalarsi.

## 6 / ALLENAMENTO

Il trampolino elastico può contribuire a ridurre il rischio di disturbi alle ossa come fragilità, fratture e osteoporosi. La sollecitazione leggera e ripetuta del sistema muscolo scheletrico mentre saltiamo permette alle ossa di rinforzarsi per resistere alla pressione del rimbalzo. Ciò favorisce contemporaneamente il miglioramento della densità minerale ossea. Il tappeto elastico assorbe la maggior parte dell'impatto, proteggendo ossa e articolazioni durante l'esercizio.

## 7 / DIMINUIZIONE DELLO STRESS

Il trampolino elastico può contribuire a combattere depressione, ansia e stress aumentando la produzione di endorfine da parte dell'organismo. Un allenamento regolare sul trampolino può aiutare a rilassarsi, migliorare la qualità del sonno e dare più energia. Allenarsi su un trampolino favorisce la circolazione dell'ossigeno nel corpo, consentendo alle persone di sentirsi più attive e migliorando le performance mentali.



L'esercizio di rimbalzo è la forma più efficace di esercizio ideata dall'uomo.

- NASA

**BOUNCE**<sup>INC</sup>  
FREE SPIRITS UNLEASHED

# SCEGLI TRA 3 TIPOLOGIE DI SESSIONI!

LE NOSTRE SESSIONI DI GRUPPO SONO COSTRUITE INTORNO  
AI NOSTRI 3 TEMI PRINCIPALI:

## TEMA 1 DIVERTIMENTO

### DIVERTIMENTO E INCLUSIONE

Trascorri un po' di tempo con i tuoi compagni di scuola esplorando BOUNCE!

In questa esperienza ci concentriamo sul divertimento e faremo in modo di collezionare momenti memorabili con i tuoi compagni di squadra.

**Divertimento!**

## TEMA 2 SANA COMPETIZIONE

### INCORAGGIAMO LA SANA RIVALITÀ DI SQUADRA

Vivrai una competizione che incoraggi un po' di rivalità amichevole tra squadre in tutte le aree di Bounce.

I nostri host incoraggeranno il team e la loro comunicazione abbattendo le barriere con un spirito divertente e competitivo.

**Rivalità amichevole!**

## TEMA 3 SVILUPPO DELLE ABILITÀ

### IL TUO HOST TI AIUTERÀ E DARÀ TUTTI I CONSIGLI NECESSARI PER FAR SI CHE TU POSSA IMPARARE QUAL- CHE TRICK INCREDIBILE!

Dal bum drop al wall running, costruisci un po' di sicurezza e divertiti con una sessione base riguardante lo sviluppo delle competenze. Verrà adattato al livello di abilità del tuo gruppo.

**Take it Next Level!**

Ogni sessione è costruita attorno a uno dei nostri tre temi principali. Daremo forma alla tua esperienza attraverso il tema che meglio si adatta agli obiettivi del tuo gruppo.

*Le sessioni si concentrano sul divertimento, sullo sviluppo della fiducia in se stessi e sulla socializzazione che è una parte fondamentale in BOUNCE.*

I bambini saranno immersi in un ambiente che aiuta a favorire una connessione positiva tra divertimento, attività fisica e benessere. Le sessioni sono di grande supporto per la salute e il fisico.



# PACCHETTO CENTRI ESTIVI

€14,00

a bambino per  
5 ore in  
BOUNCE\*

Approfitta della  
nostra offerta!

**PIZZA + BIBITA**  
a soli 5€

## IL PACCHETTO INCLUDE:

- 30 Minuti di benvenuto in stile Bounce
- 30 Minuti di organizzazione e sviluppo dei team
- 30 Minuti di pre-attività
- 2 ore di salti in arena con Host dedicato ogni 20 persone
- Attività di Freestyle
- Stanza privata (1.5H dopo arena)
- Calzini Bounce
- Bottiglia d'acqua

€7,00

Preferisci venire da solo e goderti BOUNCE liberamente? Abbiamo il General Access dedicato ai centri estivi al fantastico prezzo di 7€ all'ora! (Minimo 15 persone in base alla disponibilità, calze BOUNCE non incluse)

» \* I prezzi dei centri estivi sono disponibili in base alla disponibilità. Minimo 15 partecipanti.

BOUNCE 360

# VENUE HIRE

## TUTTO BOUNCE SOLO PER TE

In alternativa, trasforma BOUNCE nel tuo spazio esclusivo per eventi grazie al noleggio completo del parco.

Rendi il tuo evento davvero fantastico con l'accesso privato a tutto il nostro parco!



## CIBO E CATERING.

DESIDERI ALTRO?  
CHIEDI DELLE NOSTRE OPZIONI DI CATERING OPPURE  
APPROFITTA DELLE NOSTRE PROMOZIONI AL FUEL CAFE

# PRIMA LA SICUREZZA.

## LA NOSTRA POLITICA DI SICUREZZA.

BOUNCE dispone di un sistema di sicurezza gestito e monitorato con rigore, sviluppato secondo le migliori prassi del settore e internazionali. La sicurezza è la nostra priorità principale e deteniamo in termini di sicurezza un curriculum di cui siamo fieri.

Durante la pianificazione del tuo evento, ti garantiamo che i tuoi partecipanti siano soddisfatti e sicuri durante la loro esperienza in BOUNCE.



Per maggiori informazioni riguardanti il nostro sistema di sicurezza visita il sito [bounceinc.it/politica-in-materia-di-sicurezza/](https://bounceinc.it/politica-in-materia-di-sicurezza/)

### SALTARE IN SICUREZZA

I principi e le regole generali sulla sicurezza di ogni area sono esposti ovunque nei centri BOUNCE. Le nostre regole e principi di sicurezza sono stati sviluppati in collaborazione di esperti di sicurezza riconosciuti al fine di adeguarci alle migliori pratiche internazionali o superarle.

Una delle nostre regole principali è essere certi che chi salta non svolga delle attività che vanno oltre le loro capacità. Gli host BOUNCE sono disponibili per mostrare a tutti i nostri clienti alcuni trucchi per fare progressi nell'attività del salto sui trampolini in maniera sicura.

### CALZE BOUNCE & SCARPE

I pacchetti BOUNCE per eventi aziendali e attività di team building sono comprensivi di calzini BOUNCE. Le calze antiscivolo sono obbligatorie e sono progettate per massimizzare l'aderenza, la sicurezza e l'igiene in generale. In aree dove ci sono percorsi avventura (es. X-Park) è necessario indossare scarpe da ginnastica o skateboard legate, con suola piatta e punta chiusa.

### SUPERVISIONE

Tutte le aree di attività o trampolini sono controllate da personale qualificato.

### EMERGENZA COVID-19

Abbiamo apportato alcune importanti modifiche in modo da rispettare le linee guida in base ai DPCM per assicurare il benessere dei nostri clienti e del nostro staff.

Le nostre sessioni avranno una durata di 50 minuti. In questo modo, avremo il tempo di pulire e sanificare i trampolini.

La capacità della zona ludica è ridotta, questo vuol dire che il parco non sarà affollato. Tutta la venue sarà sanificata costantemente e giornalmente.

L'accesso è consentito seguendo queste regole:

- Indossare la mascherina all'entrata
- Farsi rilevare la temperatura da un nostro host incaricato
- Disinfettare le mani con apposito gel

**L'obbligo sarà quello di mantenere una distanza di sicurezza di almeno 1m**



## COME PRENOTARE

Per maggiori informazioni e per prenotare una sessione BOUNCE dedicata ai centri estivi, chiama Sara Bougharbal - responsabile events, scuole e centri estivi.



351 6109770



sara.bougharbal@bounceinc.it



### DOVE SIAMO?

Ci troviamo in Via dei Cacciatori 111,  
Nichelino presso i Viali Shopping Park.

[www.bounceinc.it](https://www.bounceinc.it)

# BOUNCE INC

FREE SPIRITS UNLEASHED