

CORSI STAGIONE 2019 / 2020
CATEGORIA RAGAZZI e CADETTI - NATI DAL 2005 AL 2008
SECONDO TURNO DAL 26 AGOSTO 2019 AL 31 AGOSTO 2020



ORARIO **ESTIVO ALBA** DA INIZIO-META' MARZO A OTTOBRE
 (presso il Campo di Atletica di San Cassiano)



ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SECONDO TURNO (medie e superiori) NATI dal 2005 al 2008	18:00 19:30	18:00 19:30	18:00 19:30	18:00 19:30	18:00 19:30



ORARIO **INVERNALE ALBA** DA NOVEMBRE A FINE FEBBRAIO-INIZIO MARZO



ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SECONDO TURNO (medie e superiori) NATI dal 2005 al 2008	18:00 19:30 presso il Campo di Atletica	18:00 19:30 presso la Scuola Media Vida	18:00 19:30 presso il Campo di Atletica	18:00 19:30 presso il Campo di Atletica	18:00 19:30 presso la Scuola Media Vida

I NOSTRI TECNICI

Sandi Sandro: direttore tecnico societario, allenatore Fidal, istruttore Coni 334/3888359 (mezzofondo, ostacoli, lanci)

categoria ESORDIENTI

Menicucci Roberto: Dott. In Scienze Motorie, istruttore Fidal (349/6060689)

Perrone Alessandro allenatore Fidal (mezzofondo, salto in alto) 339/3461691

De Miglio Aurora : studentessa in Scienze Motorie 366/1157639

Genero Chiara: Studentessa in Scienze Motorie 340/8059141

categoria CADETTI

Dacastello Stefano: dott. In Scienze Motorie, allenatore specialistico

QUOTE ANNUALI

SECONDO TURNO Euro 200,00

sono comprese nella quota 1 canotta e 2 t-shirt assicurazione resp. civile e infortuni

Sconto di Euro 20,00 per il secondo tesserato in famiglia

**Nel caso si voglia effettuare il bonifico, mettere nella causale:
 Iscrizione NOME e COGNOME Atleta + ANNO di nascita**

ATTIVITA' IN PROGRAMMA

Attività multilaterale con primo avviamento alle specialità: corsa piana e con ostacoli, marcia, salti, lanci con l'attrezzatura specialistica delle varie discipline; in pista o nei complessi scolastici o esterni, in parchi e piste pedonali cittadine sempre assistite dal tecnico. Per alcuni Cadetti, **a discrezione del tecnico**, è prevista un'attività di potenziamento pre-pesistica.


VISITA MEDICO SPORTIVA

**OBBLIGATORIA SIA PER ALLENARSI
 CHE PER GAREGGIARE:**

Nati fino al 2008: visita medicina sportiva **agonistica**, gratuita sotto i 18 anni presso la Medicina Sportiva dell'ASL in Via Vida 10 Tel. 0173/316324 (4 mesi di attesa).

Se la visita non viene prenotata in tempo utile presso l'Asl di Alba o di altre sedi, occorre rivolgersi ad un centro privato. Chiedere informazioni in segreteria circa eventuali sconti o convenzioni.

CONTATTI: ASD ATLETICA ALBA

Via Carmagnola 12 - 12050 GUARENE CN - Sede operativa: Stadio Augusto Manzo - Loc. San Cassiano - 12051 ALBA CN
 Segreteria 338/3804533 (ore pasti o sera) atleticaalba@gmail.com - www.atleticaalba.it -  etica Alba