

**ATTIVITA' STAGIONE 2020 / 2021**  
**CATEGORIA ESORDIENTI - NATI DAL 2010 IN POI**  
**PRIMO TURNO** DAL 31 AGOSTO 2020 AL 30 GIUGNO 2021



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



ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRIMO TURNO (elementari) NATI DAL 2010 in poi	17:00 18:00	17:00 18:00		17:00 18:00	17:00 18:00



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



ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRIMO TURNO (elementari) NATI DAL 2010 in poi	17:00 18:00 .....	17:00 18:00 .....		17:00 18:00 .....	17:00 18:00 .....

**I NOSTRI TECNICI**

**categoria ESORDIENTI**

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

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

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

**Miglio Aurora :** Dott. in Scienze Motorie 366/1157639

**Genero Chiara:** Dott. in Scienze Motorie 340/8059141

De

**ATTIVITA' IN PROGRAMMA**

Attività di avviamento multilaterale all'atletica (corse, salti, lanci) in pista in natura e in palestra; preatletismo generale; circuiti con attrezzi (ostacoletti, coni, cerchi, palloni e materassini), esercizi nella sabbia e sui gradini, uscite nei parchi sempre assistite dal tecnico.

**VISITA MEDICO SPORTIVA**

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

**Nati dal 2010 in poi:** certificato medico non agonistico rilasciato dal medico curante.

**Nati fino al 2009:** visita medicina sportiva agonistica, gratuita sotto i 18 anni presso la Medicina Sportiva dell'ASL in Via Vida 10 telefonando esclusivamente al CUP da telefono fisso al n.verde 800530530 o da cellulare al 0172-417000 (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

**QUOTE ANNUALI**

PRIMO TURNO Euro 130,00

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


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

**PAGAMENTO SOLO BONIFICO, mettere nella causale:**  
Iscrizione NOME e COGNOME Atleta + ANNO di nascita

**IBAN IT95T031112250000000016121**

**CONTATTI: ASD ATLETICA ALBA**

Via Carmagnola 12 - 12050 GUARENE CN - Sede operativa: Stadio Augusto Manzo - Loc. San Cassiano - 12051 ALBA CN  
 Segreteria Maura 392/9946556, Raffaella 338/3804533 atleticaalba@gmail.com

www.atleticaalba.it -  Atletica Alba