

**ATTIVITA' STAGIONE 2020/2021**  
**CATEGORIA RAGAZZI e CADETTI - NATI DAL 2006 AL 2009**  
**SECONDO TURNO** DAL 31 AGOSTO 2020 AL 31 AGOSTO 2021



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 2006 al 2009	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 2006 al 2009	18:00 19:30 presso il Campo di Atletica	18:00 19:30 .....	18:00 19:30 presso il Campo di Atletica	18:00 19:30 presso il Campo di Atletica	18:00 19:30 .....

#### I NOSTRI TECNICI

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

#### categoria RAGAZZI

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

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

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

**Genero Chiara**: Dott. 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 1 t-shirt  
assicurazione resp. civile e infortuni

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

#### **PAGAMENTO SOLO BONIFICO**, causale:

Iscrizione NOME e COGNOME Atleta + ANNO di nascita

**IBAN IT95T0311122500000000016121**

#### 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 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 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 Maura 392/9946556 - Raffaella 338/3804533 atleticaalba@gmail.com - www.atleticaalba.it -



Atletica Alba