



www.atleticaalba.it -  Atletica Alba

ATTIVITA' STAGIONE 2020 / 2021
CATEGORIE ALLIEVI-JUNIORES-PROMESSE-SENIORES
NATI FINO AL 2005

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, superiori e oltre) NATI fino al 2005	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, superiori e oltre) NATI fino al 2005	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

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

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

Mirabella Francesco: Dott. in Scienze Motorie, istruttore Fidal (velocità, ostacoli) 340/5732741

ATTIVITA' IN PROGRAMMA

Allenamento in gruppi di specialità: corsa piana e con ostacoli, marcia, salti, lanci; in pista o nei complessi scolastici o esterni, in parchi e piste pedonali cittadine assistite dal tecnico. Potenziamento selettivo con utilizzo dei sovraccarichi. Saltuariamente, uscite di gruppo senza tecnico.

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, mettere nella causale:
Iscrizione NOME e COGNOME Atleta + ANNO di nascita

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

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