

Atletica Leggera

***Sisport Mirafiori
Via Pier Domenico Olivero 40 - TO
Stagione 2022-2023***

Giocatletica e Esordienti - corsi per bimbe e bimbi nati tra il 2018 e il 2012

Dal 19 Settembre 2022 all' 11 Giugno 2023

Iscrizioni dal 5 Settembre fino a esaurimento dei posti disponibili

GIOCATLETICA - nati dal 2018 al 2016 - 4 anni già compiuti

Martedì e giovedì alle 17.00 o alle 18.00

Corso di avviamento all'atletica leggera che prevede giochi, percorsi motori e gare a squadre. Tutte le attività prevedono l'insegnamento e il rafforzamento dei tre schemi motori di base essenziali: la corsa, il salto e il lancio. Si lavorerà al miglioramento delle capacità coordinative e alla combinazione motoria. Verranno inoltre proposte attività per sviluppare la performance cognitiva, come per esempio l'associazione di un numero a un colore o a un gesto motorio. Il corso prevede anche esercizi per aumentare la propriocezione del bambino tramite nuove esperienze come la corsa a piedi scalzi su terreni e pendenze differenti. In caso di maltempo, le attività si svolgono nella palestra indoor.

ESORDIENTI - nati dal 2015 al 2012

Categorie	Annate	Orari
Esordienti B/C	2015-2014	lunedì, mercoledì e venerdì alle 17.00
Esordienti A	2013/2012	lunedì, mercoledì e venerdì alle 18.00

Il corso ha l'obiettivo di far acquisire ai ragazzi le tecniche di base dell'atletica leggera quali:

la corsa veloce, gli ostacoli (dai 10cm ai 40cm), il mezzofondo, il salto in alto, il salto in lungo, il salto triplo, il salto con l'asta, il lancio del vortex, il lancio del cerchio e il getto della pallina attraverso attività ludiche.

Protagonisti di tutte le attività saranno il divertimento e la sperimentazione del corpo.

ABBONAMENTO STAGIONALE GIOCATLETICA E ESORDIENTI

Abbonamento valido dal 19 Settembre 2022 all' 11 Giugno 2023

Prima rata da saldare all'atto dell'iscrizione. Seconda rata da saldare entro il 04/2/23. Il pagamento della seconda rata non è obbligatorio se non si intende proseguire con l'attività. La seconda rata può essere pagata online con carte di debito, credito e prepagate e garantisce il posto fino a fine stagione.

	Intero	Figli Dip. Stellantis - Cnhl - Iveco Group
Stagionale frequenza settimanale		
1° rata da pagare all'atto dell'iscrizione	112,00 €	80,00 €
2° rata da pagare entro il 04/02/23	111,00 €	79,00 €
Stagionale frequenza bisettimanale		
1° rata da pagare all'atto dell'iscrizione	162,00 €	116,00 €
2° rata da pagare entro il 04/02/23	161,00 €	115,00 €

Divisa sociale Adidas facoltativa - Divisa da gara e maglia da allenamento € 70 - Tuta e borsone € 90

PAGAMENTI E ISCRIZIONI

Le iscrizioni possono essere effettuate dal 5 Settembre 2022 e fino a esaurimento dei posti disponibili.

Centro iscrizioni

Via Pier Domenico Olivero 40, Torino. Accesso solo su appuntamento, prenotabile qui <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o scrivendo a sisport@stellantis.com. Scarica la guida per prenotare l'appuntamento.

La seconda rata potrà essere pagata on line con carta di credito, debito o prepagate.

Quota di iscrizione

€ 20 - valida dal 01/09/2022 al 31/08/2023

Documenti per l'iscrizione

- Certificato di idoneità alla pratica sportiva non agonistica in originale, in corso di validità e regolarmente firmato e timbrato dal medico. Sono esclusi da tale obbligo i bambini che non hanno ancora compiuto 6 anni.

- Badge Stellantis - Cnhl - Iveco Group per ottenere gli sconti previsti

- Codice fiscale del partecipante e del pagante (ai fini della detrazione fiscale prevista per le spese sportive Under 18)

Sconti e promozioni

- Promo nuclei familiari

Sconto del 10% a partire dal secondo componente e del 20% a partire dal terzo componente.

Lo sconto è applicabile per abbonamenti superiori agli 80 € e attivi contemporaneamente.

- Promo seconda attività

previsto sconto del 10%. Promo valida per abbonamenti superiori agli 80 €. Gli sconti non sono cumulabili

Accompagnatori

Gli accompagnatori potranno accedere all'impianto durante gli allenamenti.

Sospensione corsi

01/11/22 - 08/12/22 - dal 24/12/22 all' 08/01/23 - dal 6/04/23 al 12/04/23 - 25/04/23 - 01/05/23 - 02/06/23

[PER MAGGIORI INFO SCARICA LE FAQ](#)

Categorie Ragazzi - Cadetti - Allievi - Juniores - Promesse - Assoluti

Orari in vigore dal 12 Settembre 2022 al 21 Ottobre 2023 (sospensione attività nei mesi di luglio e agosto)

CATEGORIA RAGAZZI - nati nel 2011 e 2010

Lunedì, mercoledì e venerdì dalle 17.00 alle 18.30 - Proposti tre allenamenti settimanali (non obbligatori)

Durante gli allenamenti verranno insegnate le tecniche del preatletismo di base con particolare attenzione all'introduzione della corsa (tecnica di corsa e propriocezione), dei salti (pre-acrobatica e balzi) e dei lanci (poli-concorrenza e multi-lanci). Gli allenamenti prevedono una fase di allenamento a corpo libero per migliorare la forza, la resistenza e la velocità, per poi passare alle singole discipline federali: 60 metri piani- 60 metri ostacoli(60cm) - 1000 metri piani- 600 metri piani - marcia (2000m)- salto in lungo - salto in alto; lancio del Vortex (sostitutivo del giavellotto) - getto del peso (2kg)- staffetta 4x1000 - corsa Campestre (2-3km circa).

ABBONAMENTO STAGIONALE CATEGORIA RAGAZZI

Valido dal 12 Settembre 2022 al 21 Ottobre 2023

Comprende la frequenza di tre allenamenti settimanali da 90 minuti, il tesseramento federale e l'iscrizione ai Campionati Federali.

	Intero	Figli Dip. Stellantis - Cnhl - Iveco Group
Stagionale		
1° rata da pagare all'atto dell'iscrizione	217,00 €	155,00 €
2° rata da pagare entro il 04/02/23	145,00 €	104,00 €

CATEGORIA CADETTI - nati nel 2009 e nel 2008

Lunedì, martedì, giovedì e venerdì dalle 15.30 alle 17 - Proposti quattro allenamenti settimanali (non obbligatori)

Gli allenamenti proposti hanno lo scopo di perfezionare la tecnica e l'economicità della corsa, nonché la fluidità del gesto tecnico tramite il preatletismo generale e specifico. Si lavorerà sul miglioramento della resistenza, della velocità e della forza tramite circuiti ed esercizi a corpo libero o con un leggero sovraccarico. L'obiettivo principale è l'insegnamento multi-disciplinare di tutte le discipline dell'atletica leggera così da acquisire un bagaglio motorio di base che si rivelerà utile per le future specializzazioni. Alla fine del biennio, l'atleta avrà una buona esperienza nelle discipline dell'atletica e svilupperà una notevole autonomia nella gestione del riscaldamento e delle competizioni.

CATEGORIE ALLIEVI (2007-2006) - JUNIORES (2005-2004) - PROMESSE (2003-2002) - ASSOLUTI (dal 2001)

Proposti cinque allenamenti settimanali. Giorni e orari in base alla disciplina. Consigliamo a chi non ha mai svolto attività di atletica leggera di iniziare l'attività nel settore delle prove multiple così da essere indirizzato alla disciplina più idonea.

SETTORE	ALLENATORI	ORARI DI ALLENAMENTO
VELOCITA' E OSTACOLI	Luca Chirio	Per info scrivere a atleticisport@gmail.com
SALTI	Francesco Crabolu	Per info scrivere a atleticisport@gmail.com
LANCI	Maria Marelo	Per info scrivere a atleticisport@gmail.com
MEZZOFONDO	Alfonso Violino e Mattia Siletto	Per info scrivere a atleticisport@gmail.com
PROVE MULTIPLE E SALTO CON L'ASTA	Samuel Agostino - Diego Cattel - Elisa Lezzi	Per info scrivere a atleticisport@gmail.com

ABBONAMENTO STAGIONALE CATEGORIE ALLIEVI - JUNIORES - PROMESSE - ASSOLUTI

Valido dal 12 Settembre 2022 al 21 Ottobre 2023

Comprende la frequenza di tre allenamenti settimanali da 90 minuti, il tesseramento federale e l'iscrizione ai Campionati Federali.

	Intero	Figli Dip. Stellantis - Cnhl - Iveco Group
Stagionale		
1° rata da pagare all'atto dell'iscrizione	235,00 €	167,00 €
2° rata da pagare entro il 04/02/23	156,00 €	112,00 €

Divisa sociale Adidas

Divisa da gara (canotta + short) e maglia da allenamento € 70 - Obbligatoria per i nuovi iscritti
Tuta e borsone € 90 - Facoltativa

E' possibile concordare un periodo di allenamento gratuito di sue settimane (previa disponibilità di posti)

Per attivarlo è necessario

1) Contattare lo Staff tecnico scrivendo a a atleticsisport@gmail.com per concordare giorni e orari di allenamento

2) Il giorno del primo allenamento l'atleta deve ritirare il voucher temporaneo di accesso e presentare il certificato di idoneità alla pratica sportiva non agonistica o agonistica nell'area accoglienza clienti all'ingresso della sede.

PAGAMENTI E ISCRIZIONI

Nuove iscrizioni

Dal 5 Settembre fino a esaurimento posti disponibili

Rinnovi stagione 2021-2022

Gli atleti iscritti nella precedente stagione sportiva, possono rinnovare l'abbonamento dal 26 Settembre al 15 Ottobre 2022

Centro iscrizioni

Via Pier Domenico Olivero 40, Torino. Accesso solo su appuntamento, prenotabile qui <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o scrivendo a sisport@stellantis.com.

Scarica la guida per prenotare l'appuntamento.

La seconda rata potrà essere pagata on line con carta di credito, debito o prepagate.

Quota di iscrizione

€ 20 - valida dal 01/09/2022 al 31/08/2023

Sconti e promozioni

- Promo nuclei familiari

Sconto del 10% a partire dal secondo componente e del 20% a partire dal terzo componente. Lo sconto è applicabile per abbonamenti superiori agli 80 € e attivi contemporaneamente.

- Promo seconda attività

previsto sconto del 10%. Promo valida per abbonamenti superiori agli 80 €. Gli sconti non sono cumulabili

Accompagnatori

Gli accompagnatori potranno accedere all'impianto durante gli allenamenti.

Documenti per l'iscrizione

- Certificato di idoneità alla pratica sportiva agonistica in originale, in corso di validità e regolarmente firmato e timbrato dal medico da depositare in originale.

- Badge Stellantis - CNHi- Iveco Group per ottenere gli sconti previsti

- Codice fiscale del partecipante e del pagante (ai fini della detrazione fiscale prevista per le spese sportive Under 18)

Sospensione corsi

01/11/22 - 08/12/22 - dal 24/12/22 all' 08/01/23 - dal 6/04/23 al 12/04/23 - 25/04/23 - 01/05/23 - 02/06/23

[PER MAGGIORI INFO SCARICA LE FAQ](#)