



CORSI ATLETICA 2016-17



60
anni insieme

UISPATLETICA
SIENA
1954

CORSI ATLETICA 2016-17

**Da Settembre 2016 a Giugno 2017
al Campo Scuola di V.le Avignone**

INIZIO CORSI LUNEDI 11 Settembre

**Iscrizioni aperte tutto l'anno con
settimana di prova gratuita**

**INFO & COSTI su
www.uispatleticasiena.net**

Cell. 3358353436 Stefano
Cell. 3281239121 Cristina
Cell. 3331084760 Anna

■ **CENTRO OLIMPIA bambini/e dal 2010 al 2006**

MAR-MER-GIO 17,30-19,00

Attività: proposte ludiche e coordinative per età, con avviamento tecnico all'atletica leggera

■ **CAS ragazzi-e del 2004-2005**

LUN-MER-VEN 15,30-17,00

Attività: Preparazione Fisica, avviamento tecnico e multilaterale alle discipline dell'Atletica leggera, dalle Corse ai Salti e i Lanci, con prove multiple e Staffette

■ **GRUPPO DI SPECIALITA' GIOVANILE
Giovani dal 2000 al 2003**

SALTI E OSTACOLI con Tecnico DE MICHELE GIULIO
VELOCITA' con Tecnico FORNACELLI CRISTINA
LANCI con Tecnici PETRENI GIANCLAUDIO E
CALZERONI ELENA
MEZZOFONDO con tecnico MAURIZIO CITO

Tre allenamenti per settimana, con orari da definire con i tecnici di riferimento, preparazione fisica e tecnico-agonistica nell'ambito delle discipline prescelte o indicate in base alle caratteristiche fisiche dell'atleta