

CORSI DI **ATLETICA LEGGERA**

PER BAMBINI – RAGAZZI – ADULTI

INIZIO CORSI 9 SETTEMBRE 2023 - ORE 10

GIOCO SPORT - ATTIVITÀ MOTORIA - AVVIAMENTO E SPECIALIZZAZIONE ALL'ATLETICA LEGGERA



**Durata Corsi: Settembre 2023– Giugno 2024**

**Dove:** Stadio della Farnesina, Via Maresciallo Caviglia (PONTE MILVIO)

Il luogo di allenamento sarà prevalentemente il campo della Farnesina ma in caso di chiusura dell'impianto le attività potranno svolgersi allo Stadio dei Marmi, al pistino del Parco di Conca d'Oro, a Villa Ada.

**Categorie:**

- Cuccioli 3 – 5 anni (anno 2019-2021)
- Bambini (Esordienti) 6-11 anni (anno 2013-2018)
- Ragazzi – Cadetti 12-15 anni (anno 2009-2010 e 2011-2012)
- Allievi (2007-2008) – Juniores (2005-2006) – Promesse (2001-2004) - Adulti (Senior/Master)

**Giorni e orari degli allenamenti:**

LUNEDÌ 16-18 (C/A/J/P) - LUNEDÌ 17-18 (Ra/Eso/Cuccioli)  
MERCOLEDÌ 16-18 (C/A/J/P) - MERCOLEDÌ 17-18 (Ra/Eso/Cuccioli)  
VENERDÌ 16.30-19 (C/A/J/P) [18-19: settore lanci]  
SABATO 10-11 (Ra/Eso/Cuccioli - Adulti)  
SABATO 11-12 (Ra/Eso/Cuccioli - Adulti) - 11.00-12.30 (C/A/J/P)

**I CORSI SARANNO CONDOTTI DA INSEGNANTI DI EDUCAZIONE FISICA ED ISTRUTTORI FIDAL**

**Cosa serve per iscriversi a RP (stagione 2023-2024):**

**Settore giovanile ed agonistico** – affiliazione presso FIDAL o Ente di Promozione Sportiva (UISP):

1. Certificato medico di sana e robusta costituzione per i nati nel 2013 e più piccoli (il certificato medico è obbligatorio dai 7 anni in su, ai sensi del DM 8/2/2018).
2. Certificato medico agonistico per i nati nel 2012 ed anni precedenti.
3. Fotocopia di documento valido e del codice fiscale.
4. Fototessera in formato elettronico di dimensioni minori di 50K (solo nati nel 2010 ed anni precedenti).
5. Compilazione del modulo di iscrizione ad RP e modulo liberatoria.
6. Pagamento della quota di iscrizione + quota mensile o semestrale o annuale.
7. Nei casi di trasferimento FIDAL da altra società, va compilato anche il modulo di trasferimento.
8. Per i bambini/ragazzi con cittadinanza non italiana serve attestato di frequenza scolastica o fotocopia del permesso di soggiorno.

**Soci adulti/genitori** – affiliazione presso Uisp-Ente di Promozione Sportiva:

1. Certificato medico agonistico.
2. Compilazione del modello di iscrizione ad RP.
3. Fotocopia di documento valido e del codice fiscale.
4. Pagamento della quota di iscrizione + mensile o trimestrale o quota annua ridotta.

Il socio genitore può, in alternativa, chiedere l'affiliazione alla FIDAL secondo le modalità al punto precedente.  
Durata validità tessera UISP: da ottobre ad ottobre anno successivo - Tessera Fidal: dal 1 gennaio al 31 dicembre.

**PER POTER ACCEDERE AL CAMPO e EFFETTUARE GLI ALLENAMENTI**  
**E' NECESSARIO INVIARE PREVENTIVAMENTE VIA MAIL LA DOCUMENTAZIONE RICHIESTA.**

## Quote di iscrizione:

| Settore Giovanile | Iscrizione | Quota annua per 1 allenamento a sett. | Quota annua per 2 allenamenti a sett. | Quota annua per 3 allenamenti a sett. |
|-------------------|------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| Bambini / Ragazzi | 30         | 160 (*) (**)                          | 190 (*) (**)                          | 220 (*) (**)                          |

(\*) nel pagamento va calcolata la somma tra iscrizione e quota (es., per il pagamento annuale per una volta a settimana, il costo totale da prevedere è 190 euro).

(\*\*) per il secondo figlio, sconto di 10 euro. Dal terzo figlio in poi la quota è gratuita (paga solo iscrizione).

È possibile pagare mensilmente rispettivamente 35, 40 e 45 euro a seconda se 1, 2 o 3 volte a settimana (più l'iscrizione una tantum).

Nel pagamento dell'intera quota è compreso il materiale sportivo (maglietta e pantaloncini).

Altro materiale fornito dalla società può essere acquistato a prezzo di costo: Tuta Rp - 50 €.

| Adulti   | Quota annua | Materiale previsto               |
|--|-------------|----------------------------------|
| Socio sostenitore  | 30          | No                               |
| Socio con affiliazione UISP  | 60          | Capo tecnico, annualmente scelto |
| Socio con affiliazione Fidal   | 70          | Capo tecnico, annualmente scelto |
| Socio che fa il corso (affiliazione UISP standard) (*)               | 155         | Maglietta maniche corte RP       |
| Socio che fa il corso (affiliazione UISP con materiale sportivo) (*) | 180         | Capo tecnico, annualmente scelto |
| Socio che fa il corso (affiliazione Fidal) (*)                       | 190         | Capo tecnico, annualmente scelto |

(\*) In caso di nucleo familiare di almeno 4 persone, il secondo genitore ha uno sconto di 40 euro sulla quota annua.

Completino al prezzo di 50 euro. Altri capi disponibili possono essere distribuiti ai soci che ne fanno richiesta (al costo di acquisto per la società).

**Il pagamento della quota** va effettuato attraverso bonifico sul CC intestato alla società:

Denominazione → Associazione Sportiva Dilettantistica Rifondazione Podistica

IBAN → IT86U0200805049000401290074

[Nella causale riportare il nome del socio bambino/socio adulto per cui è dovuto il pagamento]

**N.B. LEZIONE di PROVA:** È necessario prenotare la prova telefonicamente o via e-mail, ed inviare certificato medico + modulo prova firmato.

Per info e invio documenti iscrizione: [rifondazionepodisticaroma@gmail.com](mailto:rifondazionepodisticaroma@gmail.com)

Eleonora Lichtner - 328.9281290 [elelichtner@gmail.com](mailto:elelichtner@gmail.com) (Resp.Sett.Giovanile A.S.D. Rifondazione Podistica)

Marco Novaro - 335.7283631 [marco.novaro63@gmail.com](mailto:marco.novaro63@gmail.com) (Segretario A.S.D. Rifondazione Podistica)

[www.rifondazionepodistica.it](http://www.rifondazionepodistica.it) - [www.facebook.com/rifondazionepodistica](https://www.facebook.com/rifondazionepodistica) - [@rifondazionepodistica](https://www.instagram.com/rifondazionepodistica)

LE ATTIVITÀ DEDICATE AL SETTORE GIOVANILE SONO SVOLTE IN CHIAVE LUDICA E MULTIDISCIPLINARE, HANNO COME OBIETTIVO LA CRESCITA PSICOMOTORIA E LO SVILUPPO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE E CONDIZIONALI, FAVORENDO LA SOCIALIZZAZIONE E LA CRESCITA DELLA MOTIVAZIONE E PASSIONE VERSO LO SPORT E IN PARTICOLARE VERSO L'ATLETICA LEGGERA.

PER IL SETTORE AGONISTICO È PREVISTA LA PARTECIPAZIONE A GARE IN PISTA, CORSE CAMPESTRI, CAMPIONATI DI SOCIETÀ'.

NEL CORSO DELL'ANNO, VERRANNO PROPOSTE ESCURSIONI DIDATTICO-SPORTIVE, GIORNATE ALL'ARIA APERTA E VERRÀ ORGANIZZATO ANCHE UN RADUNO COLLEGIALE A METÀ E FINE STAGIONE.

**Presidente**  
Gabriele Paolucci

**Sede sociale**  
Via della Balduina 187 - 00136 Roma

**Affiliata Fidal** - Codice Regionale RM 074  
**Affiliata Uisp** - Codice .Società N4D1462