

ATLETICA LEGGERA

GIOCATLETICA E ESORDIENTI

ORARI VALIDI DAL 16/09/24 AL 06/06/25

Giocatletica - per bimbi/e nati nel 2018-2019-2020 (dai 4 anni compiuti)

Martedì e giovedì alle 17.00

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

Esordienti B/C per bimbi/e nati nel 2016 e 2017 - lunedì, mercoledì e venerdì alle 17.00

Esordienti A per bimbi/e nati nel 2014 e 2015 - martedì, giovedì 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. Protagonisti di tutte le attività saranno il divertimento e la sperimentazione del corpo.

Esordienti A: tesseramento incluso nell'abbonamento. Gli Esordienti A avranno la possibilità di cimentarsi in manifestazioni Federali.

ABBONAMENTI

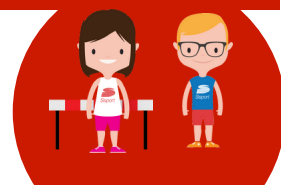
Abbonamenti validi dal 16 Settembre 2024 al 6 Giugno 2025

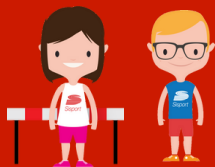
Prima rata da saldare all'atto dell'iscrizione e valida per il periodo di attività dal 16/09/24 al 01/02/2025. Seconda rata da pagare entro il **25/01/25**. Il pagamento del secondo periodo non è obbligatorio se non si intende proseguire con l'attività. La seconda rata può essere pagata online con carte di debito, credito o prepagate e garantisce il posto fino a fine stagione.

	INTERO	STELLANTIS - CNHi -IVECO GROUP
STAGIONALE FREQUENZA SETTIMANALE		
1° periodo - dal 16/09/24 al 01/02/25	€ 141	€ 105
2° periodo - dal 03/02/25 al 06/06/25	€ 141	€ 105
STAGIONALE FREQUENZA BISETTIMANALE		
1° periodo - dal 16/09/24 al 01/02/25	€ 189	€ 140
2° periodo - dal 03/02/25 al 06/06/25	€ 189	€ 140

T-SHIRT SOCIALE

La t-shirt sociale Adidas è inclusa nell'abbonamento.





ATLETICA LEGGERA

CATEGORIA RAGAZZI - NATI/E NEL 2012 E NEL 2013

Dal 9 settembre 2024 al 18 ottobre 2025

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 (sostituito del giavellotto) - getto del peso (2kg) - staffetta 4x100 - corsa Campestre (2-3km circa).

Orari di allenamento - Proposti tre allenamenti settimanali (non obbligatori)

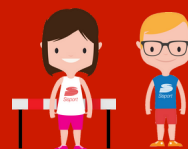
Lunedì, mercoledì e venerdì dalle 18.00 alle 19.30

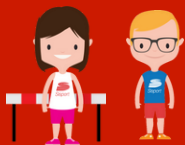
ABBONAMENTI

STAGIONALE VALIDO DAL 9 SETTEMBRE AL 18 OTTOBRE 2025

Comprende la frequenza di tre allenamenti settimanali da 90 minuti, il tesseramento federale e l'iscrizione ai Campionati Federali. La divisa sociale Adidas, composta da short+top/canottiera gara è obbligatoria per i nuovi iscritti e costa € 68. Gli atleti che erano già iscritti nella stagione sportiva 2023/2024 non hanno nessun obbligo di acquisto, ma se desiderano possono comprare la divisa completa o i singoli pezzi. Tuta e borse Adidas acquisto facoltativo in base alle disponibilità delle taglie.

	INTERO	STELLANTIS - CNHi -IVECO GROUP
1° rata da pagare entro il 09/09/2024	€ 218	€ 136
2° rata da pagare entro il 25/02/05	€ 145	€ 91





ATLETICA LEGGERA

CATEGORIA CADETTI - NATI/E NEL 2010 E NEL 2011

Dal 9 settembre 2024 al 18 ottobre 2025

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.

Orari di allenamento - Proposti tre allenamenti settimanali

Lunedì, mercoledì e venerdì dalle 18.30 alle 20.00.

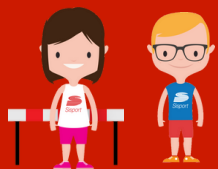
ABBONAMENTI

STAGIONALE VALIDO DAL 9 SETTEMBRE AL 18 OTTOBRE 2025

Comprende la frequenza di tre allenamenti settimanali da 90 minuti, il tesseramento federale e l'iscrizione ai Campionati Federali. La divisa sociale Adidas, composta da short+top/canottiera gara è obbligatoria per i nuovi iscritti e costa € 68. Gli atleti che erano già iscritti nella stagione sportiva 2023/2024 non hanno nessun obbligo di acquisto, ma se desiderano possono comprare la divisa completa o i singoli pezzi. Tuta e borsone Adidas acquisto facoltativo in base alle disponibilità delle taglie.

	INTERO	STELLANTIS - CNHi -IVECO GROUP
1° rata da pagare entro il 09/09/2024	€ 218	€ 136
2° rata da pagare entro il 25/02/05	€ 145	€ 91





ATLETICA LEGGERA

ALLIEVI (2008-2009) - JUNIORES (2006-2007)
PROMESSE (2004-2005) - ASSOLUTI (DAL 2003)

Dal 9 settembre 2024 al 18 ottobre 2025

Proposti quattro/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.

Per info tecniche e orari di allenamento scrivere atleticasisportsettimo@gmail.com

Staff Tecnico

ALLIEVI	Roberto Rosso
JUNIORES	Giovanni Zingarello
PROMESSE	Giovanni Zingarello
ASSOLUTI	Giovanni Zingarello

ABBONAMENTI

STAGIONALE VALIDO DAL 9 SETTEMBRE AL 18 OTTOBRE 2025

Comprende la frequenza di quattro allenamenti settimanali da 90 minuti, il tesseramento federale e l'iscrizione ai Campionati Federali. La divisa sociale Adidas, composta da short+top/canottiera gara è obbligatoria per i nuovi iscritti e costa € 68. Gli atleti che erano già iscritti nella stagione sportiva 2023/2024 non hanno nessun obbligo di acquisto, ma se desiderano possono comprare la divisa completa o i singoli pezzi. Tuta e borse Adidas acquisto facoltativo in base alle disponibilità delle taglie.

	INTERO	STELLANTIS - CNHi -IVECO GROUP
1° rata da pagare entro il 09/09/2024	€ 218	€ 136
2° rata da pagare entro il 25/02/05	€ 145	€ 91



INFO E ISCRIZIONI CORSI JUNIOR

ISCRIZIONI DAL 26 AGOSTO 2024

CENTRO ISCRIZIONI

Via Santa Cristina 1, Settimo Torinese

Orari di apertura: dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 19:30

Su appuntamento: [Prenotabile qui](#) o scrivendo a sisportsettimo@stellantis.com

COSTI

Quota di iscrizione - € 20 - Valida fino al 31/08/2025

Access Card - € 5 per chi ne è sprovvisto

LEZIONI DI PROVA

È possibile attivare una lezione di prova concordando preventivamente data e orario al Centro Iscrizioni Sisport. Prenota qui il tuo appuntamento. La prova costa € 15 e non è rimborsabile

*Ad esclusione dei corsi di Tennis.

SCONTI E PROMOZIONI

Promo Nuclei Familiari

Sconto del 10% a partire dal secondo componente

Sconto del 20% a partire dal terzo componente

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

Promo Seconda Attività

Sconto del 10%

Promo valida per abbonamenti superiori a € 80. Gli sconti non sono cumulabili.

DOCUMENTI PER L'ISCRIZIONE

Attività CAS

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.

Attività Agonistiche

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

Visita prenotabile presso il Jmedical di Via Druento 153, Torino a tariffa convenzionata.

Per prenotazioni 011-013030361.

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

Festività Ognissanti: 01/11/2024

Festività natalizie: dal 24/12/2024 al 06/01/2025

Festività pasquali: dal 17/04/2025 al 22/04/2025

Festività primaverili: 25/04/2025, 01/05/2025 e 02/06/2025

CONTATTI

www.sisport.life - 0110068611 - sisport@stellantis.com