

CORSO DI GINNASTICA PER ADULTI

Corso di ginnastica di mantenimento e rafforzamento del tono muscolare. Esercizi di stretching, di tonicità (Glutei, Gambe, Addominali), di mobilità articolare e rilassamento. Portare un materassino da ginnastica e un paio di scarpe pulite.

⇒ **OBBLIGATORIO CERTIFICATO MEDICO!** ⇐

Durata: dal **16 settembre '19** al **13 maggio '20**
(dopo continua nel parco Ducale)

Giorni: **lunedì e mercoledì**

Orari: **dalle 19,00 alle 20,00**

Dove: **palestra piccola della scuola media F. Ruini**
via Mercadante, Sassuolo

Costo: **€15** Iscrizione una tantum alla Delta obbligatoria
(€20 con maglietta)

€ 50 Tessera da 12 ingressi

Info: Tel. **335 6220567** **Daniele Morandi**

Possibilità di provare gratuitamente!



PROMOZIONI & RIDUZIONI

Siete due fratelli?

Il secondo **paga la metà!** (quello con la quota minore)

Sconto 20% per corso per adulti

Se ti iscrivi per almeno 3 mesi potrai regalare
a un tuo parente uno **sconto del 20%**
per il nostro corso di ginnastica per adulti

Sei un vecchio iscritto?

Porta un amico e, se si iscrive alla Delta, avrai **un mese gratis!**

Paghi subito tutta la stagione?

Sconto del 15%!

INFORMAZIONI & CONTATTI

Visite mediche

I nati dal 2013 al 2008 (o tutti quelli che non faranno agonismo) copia del libretto verde dello sportivo. I nati dal 2007 (e i 2008 dal 01/01/2020) e precedenti che faranno gare, copia del certificato di medicina sportiva. Modulistica → www.deltatletica.it

Cosa comprende l'iscrizione?

Associazione alla squadra, maglietta e tesseramento UISP

TECNICI E ISTRUTTORI ASD DELTA ATLETICA SASSUOLO

Paolo Biccieri, Daniele Morandi, Roberto Maletti, Elisa Fontana

HAI DELLE DOMANDE?

ASD Delta Atletica Sassuolo P.zza Falcone e Borsellino, 1, Sassuolo (Mo)
(zona piscine comunali/polo scolastico)

Daniele Morandi tel. 335 6220567 email: diemme71@hotmail.com

www.deltatletica.it

DELTA atletica A

ATLETICA SASSUOLO

FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

UISP
sportper tutti



ATLETICA LEGGERA dai 4 ai...100 anni

CORSI 2019/20

OLTRE 50 ANNI DI STORIA | Dal 1968...ad oggi!

La storia dell'**ASD Delta Atletica Sassuolo** rappresenta, in buona parte, la storia di questo bellissimo sport a Sassuolo. La nostra squadra nasce nel **1968** con il nome di **Edilcuoghi**, primo grande sponsor della nostra compagine. Fu il prof. **Paolo Biccieri**, indiscussa figura tecnica di riferimento per chiunque volesse e tuttora voglia fare **atletica** a Sassuolo, a guidare, anche fino alla nazionale maggiore, alcuni dei più promettenti atleti sassolesi. Negli anni '80 la squadra cambiò nome, diventando **Atletica Melaverde**, dal nome del negozio di abbigliamento sportivo della famiglia Lamberti, per anni al fianco del nostro team, per poi diventare nel 2001, l'**Asd Delta Atletica Sassuolo**, squadra che da mezzo secolo fa divertire e allena i giovani di Sassuolo e non solo.

In questo opuscolo troverete le opportunità che offriamo a bambini/e e ragazzi/e dai 4 anni in avanti, indicando giorni, orari e costi, nel segno della trasparenza che ci accompagna da sempre.

Tutte i corsi sono riservati ai nostri soci che si iscrivono all'ASD Delta Atletica Sassuolo.

A partire dal settembre 2018, supporteremo e promuoveremo la causa di **ANFFAS Onlus Sassuolo**, mettendo il loro logo sulle nostre t-shirt e donando **1€** per ogni iscritto.



QUATTRO PASSI NELL'ATLETICA!

Per i nati negli anni 2015/14

Corso di psicomotricità, dedicato ai più piccoli. Appena usciti dall'asilo potranno recarsi alla pista all'aperto nei mesi caldi e nel rettilineo di 100m coperto e riscaldato, in quelli più freddi, e scoprire, giocando, l'atletica leggera.

Una o due volte a settimana, i bambini faranno giochi, ginnastica, capriole, percorsi, oltre ad alcune discipline dell'atletica leggera come il salto in lungo, la velocità o il vortex.

Durata: dal **10 settembre '19** al **28 maggio '20**

Giorni: **martedì e giovedì** (minimo 8 iscritti)

Orari: **dalle 16,20 alle 17,00**

Dove: **pista atletica (zona piscina comunale)**

Costo: **€ 20** Iscrizione alla Delta, una tantum
€ 30 quota mensile
(**€20** chi fa una lezione a settimana)

Info: Tel. **335 6220567 Daniele Morandi**

Possibilità di provare gratuitamente!

TI CONOSCO, ATLETICA!

Per i nati negli anni 2013/12/11/10

Corso dedicato a bambini/e che frequentano i primi anni di scuola primaria. Due volte a settimana (chi vuole può fare solo una volta) si cimenteranno nelle discipline che l'atletica leggera offre a giovani atleti come loro, senza dimenticare che, a quell'età, deve rimanere un gioco.

Nei mesi caldi si effettuerà all'aperto mentre, in quelli più freddi, nel rettilineo di 100m coperto e riscaldato.

Durata: dal **10 settembre '19** al **28 maggio '20**

Giorni: **martedì e giovedì**

Orari: **dalle 17,00 alle 18,00**

Dove: **pista atletica (zona piscina comunale)**

Costo: **€ 20** Iscrizione alla Delta, una tantum
€ 30 quota mensile
(**€20** chi fa una lezione a settimana)

Info: Tel. **335 6220567 Daniele Morandi**

Possibilità di provare gratuitamente!

ATLETICA CHE PASSIONE!

Per i nati negli anni 2010/09/08/07

Avviamento all'atletica leggera dedicato a ragazzi/e che, due volte a settimana (chi vuole può fare solo una volta), si cimenteranno un po' più approfonditamente nelle diverse discipline che l'atletica leggera offre a giovani atleti come loro: salto in lungo, velocità, vortex, resistenza e tanto altro ancora.

Nei mesi caldi si effettuerà all'aperto mentre in quelli più freddi nel rettilineo di 100m coperto e riscaldato.

Durata: dal **9 settembre '19** al **29 maggio '20**

Giorni: **lunedì, mercoledì e venerdì**

Orari: **dalle 17,00 alle 18,00**

Dove: **pista atletica (zona piscina comunale)**

Costo: **€ 20** Iscrizione alla Delta, una tantum
€ 35 quota mensile (**€ 30** chi fa 2 lezioni a settimana,
€20 chi fa una lezione a settimana)

Info: Tel. **335 6220567 Daniele Morandi**

Possibilità di provare gratuitamente!

ATLETICA PER CHI NE HA VOGLIA!

Per i nati negli anni 2006 e precedenti

Squadra di atletica leggera per i ragazzi dai 13 anni in poi (eventuali ragazzi di seconda media, previa accordo con la società).

Tre volte a settimana si cimenteranno nelle diverse discipline che l'atletica leggera offre a giovani atleti come loro, con una maggiore specificità rispetto ai corsi dei più piccoli. Nei mesi caldi si effettuerà all'aperto mentre in quelli più freddi nel rettilineo di 100m coperto e riscaldato.

Durata: dal **3 settembre '19** al **20 giugno '20**

Giorni: **martedì, giovedì e venerdì**

Orari: **dalle 18,00 alle 19,30**

Dove: **pista atletica (zona piscina comunale)**

Costo: **€ 20** Iscrizione alla Delta, una tantum
€ 40 quota mensile (**€ 35** chi fa 2 lezioni a settimana,
€20 chi fa una lezione a settimana)

Info: Tel. **335 6220567 Daniele Morandi**

Possibilità di provare gratuitamente!



Al momento di andare in stampa è in corso il bando per la gestione della pista di atletica di Sassuolo. Eventuali cambiamenti verranno tempestivamente comunicati alle famiglie.

