

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 **14 settembre '20** al **17 maggio '21**
(dopo continua alla pista di atletica)

Giorni: **lunedì** (da quest'anno il mercoledì possibilità di fare "pilates" gestito da Bushido Academy)

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
€ 60 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!**

INFORMAZIONI & CONTATTI

Visite mediche

I nati dal 2014 al 2009 (o tutti quelli che non faranno agonismo) copia del libretto verde dello sportivo o certificato per attività sportiva non agonistica. I nati dal 2008 (e i 2009 dal 01/01/2021) 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 Bicceri, Daniele Morandi, 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

FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
UISP
sportper tutti

ATLETICA

SASSUOLO

DAL 1968

DIVENTA ANCHE TU SOCIO
DELLA DELTA ATLETICA!
IL 9 SETTEMBRE
RICOMINCIANO I CORSI



ATLETICA LEGGERA

dai 4 ai...100 anni

dal 2 settembre 2020 ripartono le attività

P.zza Falcone e Borsellino (polo scolastico)

Info: Daniele Tel. 335 6220567 diemme71@hotmail.com

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 Bicceri**, 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, donando 1€ per ogni iscritto.



QUATTRO PASSI NELL'ATLETICA!

Per i nati negli anni 2016/15

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: dall' **8 settembre '20** all' **11 giugno '21**

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 2014/13/12

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: dall' **8 settembre '20** all' **11 giugno '21**

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 2011/10/09/08

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 **7 settembre '20** all' **11 giugno '21**

Giorni: **lunedì e mercoledì**

Orari: **dalle 17,00 alle 18,20**

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

Costo: **€ 20** Iscrizione alla Delta, una tantum
€ 35 quota mensile
(**€25** 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 2007 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 **1 settembre '20** all' **11 giugno '21**

Giorni: **martedì, giovedì e venerdì**

Orari: **dalle 18,00 alle 19,25**

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

Costo: **€ 20** Iscrizione alla Delta, una tantum
€ 40 quota mensile (**€ 35** chi fa 2 lezioni a settimana,
€25 chi fa una lezione a settimana)

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

Possibilità di provare gratuitamente!



I pagamenti avverranno a mezzo bonifico in due rate: settembre/dicembre e gennaio/maggio. Salvo casi concordati con la società, di volta in volta.

