



Polisportiva Novate

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

www.polisportivanovate.it - E-mail: polisportivanovate@libero.it

via Bertola n° 12- Novate Milanese - tel/fax 02/3548663

Atletica Leggera 2019/2020

CORSE: velocità, ostacoli, fondo, mezzofondo e marcia

SALTI: lungo, alto e triplo

LANCI: vortex, giavellotto, peso e disco

**GLI ATLETI E LE ATLETE SARANNO SEGUITI DA ALLENATORI
FEDERALI E DA INSEGNANTI ISEF, SUDDIVISI NELLE CATEGORIE**

Esordienti A 2010/2009

Ragazzi/e 2008/2007

Cadetti/e 2006/2005

Allievi/e 2004/2003

Juniore 2002/2001

Promesse 2000/1999/1998

Seniores 1997 e prec.

Amatori-SM dai 18 in avanti

TUTTI GLI ATLETI DEL SETTORE AGONISTICO PARTECIPANO ALLE GARE DEL
CALENDARIO **FIDAL**

INVERNALE (gare di corsa campestre e indoor)

PRIMAVERA/ESTIVO (gare in pista delle varie specialità)

ALLENAMENTI DA LUNEDI' 26 AGOSTO

Centro sportivo Comunale Torriani - via Marzabotto (zona Coop)

Lunedì - Mercoledì - Venerdì dalle 17.30 alle 19.00

Corsi di Avviamento all'Atletica

PER BAMBINI/E NATI/E NEL 2013/2012/2011 (CAT. ESORDIENTI C E B)

Anche per questo settore sono previste gare del calendario Fidal.

Le specialità previste per questi piccoli atleti sono:

cross, velocità, ostacoli, resistenza, salto in lungo e lancio della pallina

ALLENAMENTI :

MARTEDI' E GIOVEDI'

17,15 - 18,15

PALAZZETTO DELLO SPORT E AREA RECINTATA

IL CORSO AVRÀ INIZIO MARTEDI' 17 SETTEMBRE