



# Polisportiva Novate ASD

www.polisportivanovate.it - E-mail: [polisportivanovate@libero.it](mailto:polisportivanovate@libero.it)

via Bertola 12 - 20026 Novate Milanese - tel/fax 02/3548663

## STAGIONE 2021/2022

## Atletica Leggera 2021/2022

**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**

**Esord. F/M10** 2012/2011

**Ragazzi/e** 2010/2009

**Cadetti/e** 2008/2007

**Allievi/e** 2006/2005

**Juniors** 2004/2003

**Promesse** 2002/2001/2000

**Seniores** 1999 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 LUNEDÌ 30 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 2015/2014/2013**

**(CAT. ESORD F/M 5-8)**

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 : MARTEDÌ E GIOVEDÌ dalle 17.15 alle 18.15**

**PALAZZETTO DELLO SPORT E AREA RECINTATA**

**IL CORSO AVRÀ INIZIO MARTEDÌ 21 SETTEMBRE**