



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 2020/2021

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 | 2011/2010 | Juniors | 2003/2002 |
| Ragazzi/e | 2009/2008 | Promesse | 2001/2000/1999 |
| Cadetti/e | 2007/2006 | Seniores | 1998 e prec. |
| Allievi/e | 2005/2004 | 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)
PRIMAV/ESTIVO (GARE IN PISTA DELLE VARIE SPECIALITÀ)

ALLENAMENTI DA LUNEDI' 31 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 2014/2013/2012 (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 : MARTEDI' E GIOVEDI' 17,15 - 18,15

PALAZZETTO DELLO SPORT E AREA RECINTATA

IL CORSO AVRÀ INIZIO MARTEDÌ 22 SETTEMBRE