



CORSE: Velocità – Mezzofondo – Fondo – Marcia - Campestre

SALTI: Lungo – Alto – Triplo

LANCI: Vortex – Peso – Disco - Giavellotto

I CORSI (inizio 11 settembre 18)

Martedì e giovedì con orario di inizio indicativamente alle 17:30/18.00, con gruppi di lavoro su due diversi poli e sede che varia sulla base di età e condizioni climatiche

POLO di ANZOLA:

Anzola – pista atletica via Lunga, Anzola – notti di Cabiria, Lavino – palestra via Ragazzi, Borgo Panigale – pista atletica via Biancolelli
massimilianofonti@virgilio.it – tel. 3287691623 (dopo le 20:00)

POLO di SAN GIORGIO DI PIANO:

Argelato – Palestra via Fratelli Cervi, San Giorgio di Piano – Palestra via Argelato 1, Pieve di Cento – pista di atletica
mariopavan1951@gmail.com – tel. 3355613527

Corsi a partire dai 6 anni in su – obbligo di certificato medico:

- fino a 11 anni il libretto verde sostituisce il certificato non agonistico ed è rilasciato dal pediatra

- dai 12 anni in su è obbligatorio il certificato medico agonistico rilasciato dal medico sportivo che attesta l'idoneità del soggetto alla pratica dello sport a livello agonistico

I certificati sono gratuiti fino a 18 anni



CHI SIAMO

A.S.D. ATLETICA BLIZZARD è un'associazione sportiva costituitasi a Bologna il 7 agosto 2002 su iniziativa di appassionati e amanti dell'atletica leggera. Persegue esclusive finalità di promozione e sviluppo dell'attività sportiva con particolare interesse alle categorie giovanili e adulti.

La società durante l'arco dell'anno partecipa a varie manifestazioni UISP e FIDAL a livello provinciale, regionale e anche nazionale.

OBIETTIVI E FINALITA'

Utilizzare efficacemente le proprie capacità coordinative in condizioni facili e di normale esecuzione.

Utilizzare consapevolmente piani di lavoro per l'incremento delle capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, rapidità) secondo il proprio livello di sviluppo e apprendimento.

Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche nelle varie specialità (miglioramento delle qualità del gesto della corsa, del lancio, del salto, acquisizione del modello tecnico, precisione del gesto nelle varie specialità);

Scoprire e apprendere l'uso di strategie nelle varie specialità;

Riportare i giovani a contatto con la natura;

Riacquistare il gusto della "sana" fatica.