

REGOLAMENTI



L' associazione è affiliata sia alla FIDAL (Federazione Italiana Atletica Leggera) sia al Centro Nazionale Sportivo Libertas per cui gli atleti godono di due coperture assicurative. La quota assicurativa, che tutti i tesserati devono corrispondere, copre l'anno solare, da Gennaio a Dicembre.

- Secondo le disposizioni FIDAL i ragazzi sono suddivisi in categorie in base all' età:

6- 11 anni ESORDIENTI	12-13 anni RAGAZZI	14-15 anni CADETTI
16-17 anni ALLIEVI	18-19 JUNIORES	

Vengono ammessi ai corsi anche i bambini di 5 anni, per i quali è possibile effettuare il solo tesseramento Libertas, dal momento che le categorie FIDAL partono dai 6 anni.

Tutti gli iscritti devono obbligatoriamente avere il certificato medico.

- * Per gli esordienti è sufficiente il certificato del medico di famiglia , sia per gli allenamenti , sia per le gare.
- * Per tutte le altre categorie occorre il certificato di idoneità sportiva agonistica, per cui è necessaria una visita più approfondita, con accertamenti quali elettrocardiogramma , spirometria ecc.
Tale visita è gratuita se effettuata presso l'ASL, ed è cura della società effettuare le prenotazioni, Ricordiamo fin da ora che per effettuare tale visita occorre tassativamente presentare :
 - un documento di identità valido del ragazzo (chi ne fosse sprovvisto è pregato di provvedere quanto prima)
 - il codice fiscale
 - il libretto delle vaccinazioni
 - la richiesta compilata e firmata dai genitori (tale foglio viene consegnato in palestra).

L'attività di allenamento si svolge principalmente nella palestra di Morozzo ed è concentrata in due sedute settimanali, il Lunedì e il Mercoledì dalle 18 alle 20 per tutte le categorie, mentre il Venerdì effettuano il terzo allenamento solo le categorie dai Ragazzi in su.

Lunedì e Mercoledì	ESORDIENTI	18,00 - 19,30
Lunedì e Mercoledì	RAGAZZI – CADETTI- ALLIEVI	18,00 – 20
Venerdì	RAGAZZI 2° ANNO-CADETTI-ALLIEVI	18,00 – 20

Per quanto riguarda l' abbigliamento in palestra sono consigliati calzoncini e maglietta , ma soprattutto non indumenti larghi e ingombranti

- E' obbligatorio cambiarsi le scarpe prima di entrare in palestra. Tenere la palestra più pulita ci permette di lavorare meglio e di avere meno spese per la pulizia !
- Durante gli allenamenti i ragazzi devono osservare le regole stabilite dagli allenatori e avere cura del materiale che utilizzano; ciò al fine di evitare che qualcuno si faccia male o di causare dei danni in palestra.
Ai genitori si chiede la massima puntualità sia per l'inizio che per la fine degli allenamenti: portare i ragazzi molto prima o ritirarli dopo l' orario vuol dire lasciarli incustoditi, con il rischio che si facciano male!
- **Durante gli allenamenti non si devono usare cellulari o apparecchi elettronici di altro genere.**
- **Chi partecipa alle gare deve obbligatoriamente indossare la divisa della società, sia in gara sia durante le premiazioni (da regolamento Fidal chi non indossa la divisa non può salire sul podio): dalla categoria Ragazzi in su è obbligatorio il completo da gara, mentre per gli Esordienti è sufficiente la maglietta di cotone bianca e rossa.**

Non appena la FIDAL lo comunica viene fornito il calendario delle gare: partecipare alle gare non è obbligatorio, ma è pur sempre un momento importante per cementare il nostro gruppo. E' importante capire che nell' atletica non ci sono solo gare individuali, ma anche **campionati di società**, a livello provinciale e regionale. **Viene quindi richiesta la partecipazione alle gare di società** , nelle quali la classifica a squadre dipende dal numero di partecipanti e dal numero di gare coperte, oltre che dai risultati individuali (per spiegarci meglio: se in una giornata di campionato provinciale i nostri atleti vincono in tre specialità, ma nella quarta non abbiamo nessun rappresentante, siamo automaticamente esclusi dalla classifica generale). Tali gare vengono espressamente segnalate nel calendario che viene distribuito. Anche nelle gare è fondamentale che i ragazzi abbiano il massimo rispetto delle regole e che cerchino di mettere tutto il loro impegno! I loro risultati sono molto importanti per i nostri tecnici, non solo dal punto di vista umano, ma anche in sede federale per l'acquisizione di punteggi.

- Ai genitori chiediamo di comunicare sempre qualche giorno prima la partecipazione alla gara per poter eventualmente organizzare il trasporto e per poter effettuare le preiscrizioni che sono obbligatorie come regolamento federale (vanno effettuate di norma tre-quattro giorni prima della gara)

Per qualsiasi informazione, comunicazione, per suggerimenti o altro potete rivolgervi ai numeri seguenti

Giuseppe Pellegrino	Allenatore:	0171 772220-3663344380
Dotto Valerio	Istruttore:	0174587241- 3286659568
Margherita Bessone	Presidente	0174 584019-3663196123
Daniele Michelis	Segretario	3483350179
Marco Ponso	Vicepresidente	0171 735114

o scrivere all' indirizzo daniele.michelis@gmail.com