

**SELF ATLETICA
MONTANARI E GRUZZA**



**COL PATROCINIO
E LA COLLABORAZIONE**



XIII° TROFEO TANIA GALEOTTI

**MEMORIAL NAZIONALE PER LE
VITTIME DEGLI INCIDENTI STRADALI**

SABATO 3 SETTEMBRE

Tutte le gare si terranno presso:
Camposcuola V. Camparada - Via Melato - Reggio Emilia

13:00 ritrovo giurie e concorrenti

14:10 giavellotto m a/j/p/s/v

14:45 80 f c

15:05 80 m c

15:10* alto f c/a/j/p/s

15:20 peso f a/j/p/s

15:20* asta m-f a/j/p/s

15:30 400 hs (h 0,91) m j/p/s

15:40* 400 hs (h 0,76) f a/j/p/s

15:50 100 f a/j/p/s

16:05 100 m a/j/p/s

16:20* alto m c/a/j/p/s

16:30* disco f a/j/p/s

16:30* peso m a/j/p/s

16:30 400 f a/j/p/s

16:40* lungo f a/j/p/s

16:45 400 m a/j/p/s

17:05 1000 m f c

17:15 1000 m c

17:25 200 f a/j/p/s

17:40* 200 m a/j/p/s

17:50 disco m a/j/p/s

17:55* 800 f a/j/p/s

18:10 800 m a/j/p/s

18:10* lungo m a/j/p/s

18:25 3000 f a/j/p/s

18:55* marcia km 3 f a/j/p/s

19:25* 3000 m a/j/p/s

* le gare segnalate con * riceveranno premiazioni speciali con premi in natura
Nei lanci maschili verrà premiata la categoria assoluti

Per info

www.selfatletica.it

eventi@selfatletica.it

+39.320.48.14.341

Si ringrazia per la preziosa collaborazione





Corsi a.a. 2011/2012 SELF ATLETICA MONTANARI & GRUZZA

Se desideri iscriverti ai nostri corsi di atletica leggera puoi:

- consultare il nostro sito internet: www.selfatletica.it
- visitare la nostra **pagina facebook**
- scriverci all'indirizzo corsi@selfatletica.it
- venire a trovarci tutti i giorni dopo le 18.00 al campo di Atletica Leggera in via Melato (di fianco alle piscine)

Corsi per ragazzi/e delle scuole elementari

Obiettivo del corso è l'insegnamento delle abilità motorie fondamentali, al fine di fornire le basi per una corretta crescita fisica dei ragazzi e per una successiva attività sportiva più qualificata. I mezzi utilizzati sono prevalentemente di tipo ludico e viene dato molto rilievo alla creazione di buoni rapporti interpersonali all'interno del gruppo.

Corsi per ragazzi/e delle scuole medie

Con questo corso si vogliono consolidare le abilità motorie e introdurre le tecniche di base relative alle diverse discipline dell'atletica leggera, così da favorire uno sviluppo fisico equilibrato. La partecipazione a diverse competizioni, soprattutto in ambito provinciale, sarà un importante momento per la crescita caratteriale dei ragazzi, per migliorare lo spirito di squadra ed imparare il rispetto per gli avversari, senza esasperare la ricerca del risultato.

Corsi per ragazzi/e delle scuole superiori

Sotto la supervisione di allenatori qualificati, verrà completato il processo di crescita atletica, consolidando le tecniche di base ed indirizzando l'apprendimento verso un gruppo di specialità dell'atletica leggera. I ragazzi avranno così modo di misurarsi in competizioni regionali e nazionali, cimentandosi nelle discipline a loro più congeniali, ma sempre nel rispetto dei principi della multilateralità e dello spirito di squadra.

Attività per ragazzi/e... di tutte le età

Il nostro gruppo sportivo è a disposizione anche per chi si vuole avvicinare tardivamente all'attività agonistica o per chi ha intenzione di intraprendere un'attività di tipo amatoriale.

TI ASPETTIAMO PER UNA PROVA GRATUITA E PER CONOSCERTI!!

Il g.s. Self Atletica Montanari e Gruzza.