

**STAGIONE 2024-2025**



# PALESTRA G.CESARE

**VIA TRAÙ 2**

**IN COLLABORAZIONE CON ASSD AFRO**

## SETTORE PRE-AGONISTICO PER BAMBINI/E E RAGAZZI/E

### NATI/E 2014\* - 2015 - 2016

MINI VOLLEY S3 ROSSO	LUNEDI'	17.00-18.00	GIOVEDI'	17.00-18.00
MINI VOLLEY S3 VERDE	MARTEDI'	17.00-18.00	VENERDI'	17.00-18.00

\* I 2014 CON ALMENO UN ANNO DI PALLAVOLO POSSONO ISCRIVERSI AI CORSI UNDER 13 (SINOPOLI O G.CESARE)

### NATI 2012\* - 2013

UNDER 13 MISTO - ROSSO	LUNEDI'	16.00 - 17.00	GIOVEDI'	16.00 - 17.00
UNDER 13 MISTO - VERDE	MARTEDI'	18.00 - 19.00	VENERDI'	18.00 - 19.00

\* I 2012 CON ALMENO UN ANNO DI PALLAVOLO POSSONO ISCRIVERSI AI CORSI UNDER 15 (SINOPOLI O G.CESARE)

### NATI/E 2010\* - 2011

UNDER 15 MISTO - ROSSO	LUNEDI'	18.00 - 19.00	GIOVEDI'	18.00 - 19.00
UNDER 15 MISTO - VERDE	MARTEDI'	16.00 - 17.00	VENERDI'	16.00 - 17.00

\* I 2010 CON ALMENO UN ANNO DI PALLAVOLO POSSONO ISCRIVERSI AI CORSI UNDER 18 (SINOPOLI O G.CESARE)

### NATI 2006 - 2007 - 2008 - 2009

UNDER 18 MISTO - ROSSO	LUNEDI'	19.00 - 20.00	GIOVEDI'	19.00 - 20.00
UNDER 18 MISTO - VERDE	MARTEDI'	19.00 - 20.00	VENERDI'	19.00 - 20.00
UNDER 18 MISTO - GIALLO	MERCOLEDI'	19.00-20.00	VENERDI'	19.00 - 20.00

### **# PER I NATI 2017 E SUCCESSIVI VEDERE CORSI PALESTRA MONTESSORI**

### **INIZIO CORSI 30 SETTEMBRE - FINE CORSI 27 GIUGNO**

I CORSI PREVEDONO IL **NUMERO CHIUSO** E NON SONO PREVISTE "PRECEDENZE" PER I VECCHI ISCRITTI NEL MESE DI GIUGNO, GIORNI, ORARI E PALESTRE SUBIRANNO DELLE VARIAZIONI PER PERMETTERE ALLENAMENTI DI VALUTAZIONE SU RICHIESTA DELLO STAFF TECNICO

N.B. CON L'ISCRIZIONE SI ACCETTANO TUTTE LE INDICAZIONI PRESENTI SUL VADEMECUM (CONSULTABILE SUL SITO). IL MANCATO RISPETTO DELLE STESSE POTRÀ PORTARE ALLA SOSPENSIONE PROVVISORIA O L'ESCLUSIONE DEFINITIVA DELL'ATLETA

➤ **A CHI SONO RIVOLTI QUESTI CORSI?**

A BAMBINI/E E RAGAZZI/E CHE NON HANNO MAI FATTO SETTORE AGONISTICO E CHE VOGLIONO APPROFONDIRE LA CONOSCENZA DELLA PALLAVOLO SEGUITI DA TECNICI SPECIALIZZATI

➤ **I GRUPPI SONO OMOGENEI?**

I GRUPPI SONO MISTI E SONO INIZIALMENTE FORMATI IN BASE ALLA FASCIA DI ETÀ'.

IL PROGRAMMA PREVEDE, OLTRE AD ALLENAMENTI SULLA TECNICA INDIVIDUALE, **ALLENAMENTI DIFFERENZIATI** IN BASE ALLE CAPACITÀ ED ALLE ESPERIENZE ACQUISITE DAGLI ATLETI PER PERMETTERE AD OGNUNO UN **PERCORSO FORMATIVO INDIVIDUALE IDEALE**

**SEGUE >>>>>>>>>>**

