



AFFILIATA



A.S.D. ROMA ROAD RUNNERS CLUB

CORSI DI ATLETICA GIOVANILE 2021/2022

INIZIO NUOVA STAGIONE — SABATO 18/09/2021

PREMESSA

Vista l'alta partecipazione ai corsi 2020/2021, i nuovi corsi 2021/2022 sono a numero chiuso fino ad un massimo di 40 iscritti per ognuno dei tre corsi previsti.

Al fine di non prevaricare nessuno, l'iscrizione al corso deve essere perfezionata entro una settimana dalla prima prova effettuata.

Per essere iscritti, inoltre, l'età minima per l'ammissione è di 4 (quattro) anni compiuti.

INFORMAZIONI GENERALI

Per iscrivere un minore ai corsi, è necessario che il genitore:

- 1) Faccia effettuare al proprio figlio/a una visita medica dal proprio pediatra o medico di base e farsi rilasciare un certificato con le seguenti caratteristiche:
 - a) fino all'età di **11 anni**, un certificato medico per attività sportiva **NON AGONISTICA** da consegnare **in originale** in segreteria come l'esempio riportato sotto.
IMPORTANTE – verificare che sia riportato la dicitura evidenziata nel riquadro.

ATTENZIONE — nel caso che il/la proprio/a figlio/a pratica più di una disciplina sportiva, occorre farsi rilasciare **più certificati medici originali** per quante sono le discipline praticate poiché ognuno deve essere consegnato presso la struttura dove viene svolta l'attività fisica e che non sempre è la stessa.

Dott.

.....
.....
.....

Certificato di idoneità alla pratica di Attività sportiva di tipo non agonistico

D.M. 24 aprile 2013, G.U. 169 del 20/07/2013 Art. 3

Sig.ra / Sig.

Nata/o a Prov. (.....) il / /

Residente a, via n.

Il soggetto, sulla base della visita medica da me effettuata, dei valori di pressione arteriosa rilevati, nonché del referto del tracciato ECG eseguito in data / /, non presenta controindicazioni in atto alla pratica di attività sportive non agonistica.

Il presente certificato ha validità annuale dalla data del rilascio.

....., li / /

(luogo e data del rilascio)



.....
Timbro e firma del medico certificatore

AFFILIATA



- b) dal compimento del **12° anno** d'età, invece, serve il certificato di idoneità alla pratica **AGONISTICA DELL'ATLETICA LEGGERA** (non altre discipline sportive) da consegnare **in originale** in segreteria come l'esempio riportato sotto.
In questo caso, la visita medica deve essere effettuata da un medico specializzato in medicina dello sport abilitato ed iscritto nell'Albo Regionale a cui viene assegnato un Codice Identificativo Regionale.

REGIONE LAZIO

Dott. _____
Codice Identificativo Regionale RMGMS005
Via _____
Cell.: _____

CERTIFICATO DI IDONEITA' ALL' ATTIVITA' SPORTIVA AGONISTICA
(Legge n.1099 del 26/10/1971, D.M. 18/02/1982, L.R. n.24 del 09/07/1997)

Cognome _____ Nome _____

Nato a _____ il ____/____/____

Residenza e/o domicilio _____

Codice Fiscale _____ A.S.L. di residenza _____

Documento di identità' _____

L' atleta di cui sopra, sulla base della visita clinica e dei relativi accertamenti eseguiti non presenta controindicazioni in atto alla pratica agonistica dello Sport:

_____ **ATLETICA LEGGERA** _____

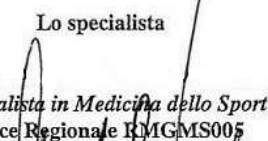
Il presente certificato ha validità' di _____

e scadrà' il ____/____/____

Roma li' ____/____/____

Dott.
SPECIALISTA IN MEDICINA DELLO SPORT
Socio Ord. Eff. FMSI tess. 15043
CODICE REGIONALE RM G MS 005

Lo specialista
Dott. _____
Specialista in Medicina dello Sport
Codice Regionale RMGMS005



- 2) Compili il modulo di iscrizione alla società scaricabile dal nostro sito.
- 3) Compili il modulo per la privacy Fidal (G.D.P.R.) da chiedere in segreteria.
- 4) Fornisca una copia del **proprio documento d'identità**.
- 5) Fornisca una foto formato tessera digitale (può essere fatta in sede) del figlio/a da iscrivere.
- 6) **Effettui il pagamento della quota d'iscrizione.**

AFFILIATA



Codice Società 000132



Codice Società RM004



Codice Società 2273

CORSI ED ORARI

L'attività ha base all'interno dell'Ippodromo Capannelle con possibilità di scegliere tra due tipi di corsi:

A) CORSO BASE

Si svolge tutti i sabati del mese presso l'ippodromo dalle ore **10:30** alle ore **11:30** con la seguente programmazione:

- **CORSO A** (età da 4 a 6 anni) — responsabili Claudia Nuccetelli e Marie Stacy Ruggieri.
Sulla pista lineare di 60 metri in tartan "Jolly", nello spazio verde denominato "Athletic Camp" appositamente preparato con attrezzature specifiche e percorsi.
Salto in lungo ed esercizi di gruppo nello spazio denominato "tondino".
- **CORSO B** (età da 7 a 9 anni) — responsabile Serena Quattrociocchi.
Sulla pista lineare di 60 metri in tartan "Jolly", nello spazio verde denominato "Athletic Camp" appositamente preparato con attrezzature specifiche e percorsi.
Salto in lungo ed esercizi di gruppo nello spazio denominato "tondino".
- **CORSO C** (età da 10 a 17 anni) — responsabile Roberto Coccia.
Sulla pista lineare di 60 metri in tartan "Jolly", nello spazio verde denominato "Athletic Camp" appositamente preparato con attrezzature specifiche e percorsi.
Salto in lungo, percorso gradoni, percorso campestre ed esercizi di gruppo nello spazio denominato "tondino".
- Eventuali attività integrative al programma saranno comunicate nel proseguimento del corso di atletica.

B) CORSO AVANZATO (su pista di atletica leggera)

Oltre al sabato, ogni giovedì lezione presso l'Impianto di Atletica "Antonio Nori" in Largo Serafino Cevasco (Tor Tre Teste), dalle ore 17:10 alle ore 18:30 o presso l'ippodromo delle Capannelle o laddove indicato dal tecnico.

Il corso avanzato è gestito e diretto separatamente dall'allenatore Roberto Coccia a cui va regolarizzata la quota di partecipazione.

Eventuali allenamenti collegiali saranno stabiliti nelle modalità e nei tempi dallo staff tecnico oltre all'assistenza alle gare a cui il settore giovanile partecipa.

La prima lezione della stagione 2021/2022 si svolgerà sabato **18/09/2021** (Open Day aperto a tutti), con possibilità di ritirare la modulistica ed eventualmente regolarizzare l'iscrizione annuale.

L'ultima lezione si svolge sabato **04/06/2022**.

Ogni eventuale variazione sarà comunicata tempestivamente.

STAFF TECNICO

Le lezioni di base e specialistiche sono svolte con tecnici qualificati del C.S.I. e FIDAL:

Roberto Coccia — cell. 3472990998 – email: ronertococcia@gmail.com – Instagram: [robbcoach](https://www.instagram.com/robbcoach)

- allenatore Nazionale Fidal con specializzazioni varie e Istruttore C.S.I.;
- responsabile del corso base, del corso avanzato e referente del club verso scuole ed istituti scolastici;
- responsabile dei progetti speciali del club per il settore giovanile;
- direttore sportivo.

AFFILIATA



Serena Quattrociochi — Istruttore C.S.I. e Fidal

Claudia Nuccetelli — Istruttore/Educatore C.S.I. e Aspirante Istruttore Fidal di 1° Livello

Marie Stacy Ruggieri — Istruttore/Educatore C.S.I. e Aspirante Istruttore Fidal di 1° Livello

I 4 tecnici sono abilitati per l'uso di un defibrillatore in dotazione presso l'Ippodromo delle Capannelle avendo conseguito attestati ai corsi B.L.S.D. (Basic Life Support & Defibrillation).

QUOTE DI ISCRIZIONE

Competenza della segreteria:

€ 20,00 (quota fissa) — comprende il tesseramento C.S.I. e FIDAL e relative coperture assicurative.

Corso a scelta:

- **CORSO BASE** — quota fissa + **€ 170,00** (quota annuale per una lezione a settimana).
- **CORSO AVANZATO** — comprende la lezione del CORSO BASE e la lezione del giovedì gestita e diretta separatamente dall'allenatore Roberto Coccia a cui si deve regolarizzare la quota di partecipazione.

Per l'iscrizione di coppie di fratelli/sorelle, dipendenti Hippogroup Roma e maestranze interne all'Ippodromo delle Capannelle, sconto del 5%.

Per chi, invece, iscrive 3 figli, sconto del 10%.

La quota fissa è esclusa dallo sconto.

Possibilità di pagare in 2 rate i corsi all'inizio del quadrimestre (prima rata entro il **25/09/2021** e seconda rata entro il **29/01/2022**).

Le quote comprendono:

- tessera Running Camp Capannelle (intestata a un genitore);
- convenzioni di vario genere indicate sul nostro sito o inviate via email;
- maglietta tecnica manica corta;
- iscrizione gratuita alle gare e manifestazioni organizzate dalla società (tranne Cinecittà World Run) ed a 2 gare a cui si partecipa durante la stagione agonistica;
- eventuali altri benefit saranno comunicati nel corso della stagione.

Tuta societaria (facoltativa su richiesta) — **€ 35,00**.

Il pagamento deve essere effettuato con bonifico intestato a:

A.S.D. Roma Road Runners Club

IBAN — IT 58 S 05696 03220 000002346X19

Nella causale indicare:

“Iscrizione di (Nome e Cognome del minore) al Corso di Atletica Giovanile 2021/2022”

AFFILIATA



PROTOCOLLO COVID-19

Viene attuato in base alle procedure in vigore stabilite dai DPCM vigenti e può subire variazioni. L'associazione prenderà come riferimento la data prevista dell'inizio dei corsi (18/09/2021). Al fine di applicare tali procedure, l'ippodromo è già dotato di tabelle ed informative come previsto dai decreti in essere riguardanti le misure di prevenzione. Lo staff ha il compito di far rispettare le regole vigenti ed evitare principalmente gli assembramenti, utilizzare le mascherine soprattutto in luoghi al chiuso e a l'utilizzo di disinfettante per le mani. Per i partecipanti al corso, l'uso delle mascherine è escluso durante l'allenamento. Saranno eventualmente richieste autodichiarazioni Covid-19 solo se previsto dai DPCM vigenti e misurazione della temperatura corporea (oltre i 37,5° C non sarà possibile partecipare alla lezione del corso).

INDIRIZZI E CONTATTI

Ippodromo Capannelle — Via Appia Nuova 1245 (entrata principale ippodromo e seguire le indicazioni interne).

Parrocchia San Policarpo — Largo Aruleno Celio Sabino 50 (oratorio) — (momentaneamente non operativa).

Telefono 349 5941884 – 338 4719682.

Sito: www.romaroadrunnersclub.it

Email: romaroadrunnersclub@gmail.com — romaroadrc@fastwebnet.it

Tel./fax 06 71077050 — tel. 06 71073477

Siamo su Facebook, Instagram e Twitter.

Per gli orari delle segreterie, consultare la tabella "SEDI" pubblicata sul nostro sito.