



**ALBERGHI (\*\*\*)** posti nelle immediate vicinanze del centro sportivo. Camere confortevoli tutte con bagno, ottima cucina.

Abbadia S. Salvatore è posta sul Monte Amiata, a 830 mt. slm. È nel cuore di una zona di grande interesse artistico e naturalistico, dove spiccano località quali Pienza, Montepulciano, Chiusi, Chianciano, Montalcino, S. Fiora, Piancastagnaio. Il Monte Amiata, alto 1700 mt. è un vulcano inattivo che ci ricorda della sua natura con le molteplici fonti termali e i soffioni che sul suo perimetro creano bianchi pennacchi di vapore. È un monte ammantato di foresta nella quale sopravvive la fauna tipica appenninica.

## COSTO

il costo sarà per 8 giorni e 7 notti (tutti i servizi compresi):

- camera tripla o quadrupla € 300,00
- " doppia (allenatori, adulti) € 350,00
- " singola € 370,00

Le prenotazioni, singole o collettive, devono pervenire all'Associazione entro il 30 aprile 2010, corredate da un anticipo di almeno **100 euro** per persona. Dopo tale data, tenendo in considerazione i posti eventualmente rimasti, la quota sarà **elevata di 20 euro**.



ASSOCIAZIONE ITALIANA  
TECNICI DI ATLETICA LEGGERA



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA  
Centro Studi e Ricerche

# CAMPUS ATLETICO per GIOVANI e GIOVANISSIMI

di età compresa tra 7 e 15 anni

In collaborazione con il Comune  
di **ABBADIA S. SALVATORE**



*cuccioli d'uomo alla riscossa*

PRIMO RADUNO  
dal 13 al 20 giugno 2010

SECONDO RADUNO  
dal 20 al 27 giugno 2010

TERZO RADUNO  
dal 27 GIUGNO al 04 luglio 2010

Da diversi anni l'ASSITAL organizza raduni tecnici nazionali per atleti in fase di perfezionamento agonistico delle categorie ALLIEVI, JUNIORES E ASSOLUTI.

Il campus per giovani e giovanissimi (7/15 anni) è una novità assoluta nell'ambito dell'organizzazione dei raduni tecnici nazionali.

Il concetto di buon livello tecnico non può essere scisso dall'apporto di conoscenze atletiche nella costruzione del giovanissimo atleta. Di conseguenza è necessario che i ragazzi che affrontano l'atletica (disciplina solo apparentemente semplice) ricevano, fin dai primi passi, elementi validi per poter proseguire. Naturalmente al raduno sono invitati anche gli allenatori di base ed eventualmente i genitori la cui azione educativa può essere messa in simbiosi con quella degli insegnanti e degli allenatori. Ma, oltretutto tecnico, il raduno sarà anche di svago, di divertimento e di polidisciplinarietà sportiva con partite di pallavolo, pallacanestro, escursioni in montagna, nuoto in piscina, teatro.

L'occasione del "campus" sarà utile anche per insegnare a tutti i bambini le sane regole alimentari che valgono non solo per lo sport ma anche per la salute di tutti e per tutte le età.

### PROGRAMMA GIORNALIERO DI MASSIMA

Il campus ha la durata di 7 giorni, dal pranzo del giorno di arrivo alla colazione del giorno di partenza.

### GIORNATA TIPO

ore 8.00	sveglia
" 8.30	colazione
" 9.30/12.00	allenamenti, giochi, escursioni
" 13.00	pranzo
" 14.00/16.00	riposo o tennis tavolo
" 17.00/19.00	allenamenti, giochi, piscina
" 20.00	cena
" 22.30	riposo notturno

- Compilare e inviare all'ASSITAL
- Per più persone partecipanti fotocopiare la scheda e inviarne una ciascuno

## SCHEDA DI ISCRIZIONE

Cognome .....

Nome .....

Nato/a il ..... a .....

Indirizzo: ..... C.A.P. ....

Città ..... Prov. ....

Tel/Fax ..... Cell. ....

Posta elettronica: .....

Desidero stare in stanza con: .....

- Giovanile (campus) Età.....
- ATLETA     TECNICO     MEDICO     GENITORE
- DIRIGENTE     INSEGNANTE

Inviare la prenotazione con allegato

- ASSEGNO     C/C POSTALE (FOTOCOPIA)
- BONIFICO BANCARIO (FOTOCOPIA)     CONTANTI

Data .....

Firma .....

Firma del genitore .....

### COORDINATE

ASSITAL - Via Lussimpiccolo 27 - 00177 - Tel/Fax 0621801023

CCP: 35344001 intestato ASSITAL

Conto bancario: 4529 intestato ASSITAL

Banca Popolare di Milano - Via E. Franceschini, 56 - 00155 Roma

IBAN: IT 11 G 05584 03206 00000004529

www.assital.it

e-mail: assital@tiscalinet.it