



ISCRIZIONE € 40,00 (quota comunale) + 10 € di tesseramento

Il costo annuale (da settembre a giugno) del corso per:

- 2 volte la settimana (1 ora e 20') è di € **360,00**
- 3/4 volte la settimana è di € **400,00**

Il costo, eventuale, degli ingressi al campo di Tor Tre Teste è a parte

- 5 o più volte la settimana (8/10 ore) per atleti di livello nazionale è di € **430,00**. Omaggio ingresso al campo di Caracalla
- Abbuono secondo figlio **20%** terzo figlio **30%**
- Entro settembre deve essere pagato l'anticipo di € 150,00, entro dicembre il saldo. Abbuono del **10%** per chi preferisce saldare la quota all'atto dell'iscrizione.

Il settore agonistico viene seguito, ovviamente, anche nei mesi di luglio e agosto.

ASD Polisportiva Popolare Roma 6 Villa Gordiani

Via Lussimpiccolo, 27 - 00177 Roma (via Venezia Giulia) - tel. fax 0621801023
pproma6villagordiani@gmail.com
IBAN: IT14J0503403272000000008808

Atletica Villa Gordiani - G. Castello
rm099@fidal.it

FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Lazio
Comitato Provinciale Roma

**Scuola Nazionale
di Atletica Leggera**

Giovanile

2025 - 2026



UISP
sportpertutti
Comitato di Roma



A.S.D. Polisportiva Popolare
Roma6 Villa Gordiani



ATLETICA
VILLA GORDIANI - G. CASTELLO



ASS.I.T.A.L.
Associazione Italiana Tecnici
di Atletica Leggera

Scuola Nazionale di Atletica Leggera Giovanile (SNALG)

PRESIDENTE: Gabriella Stramaccioni
VICEPRESIDENTE: Roberta Marrella

DIRETTORE TECNICO: Mauro Pascolini
SEGRETERIA TECNICA E ORGANIZZATIVA: Elga Pecchio

INSEGNANTI e TECNICI:

Elisa Accica (sito web)	Fabio Olevano (Lanci)
Angelica Apuzzo (Giovanili)	Elena Sangiorgi (Medico)
Antonella D'Ercole (Giovanili)	Luciano Spalletta (Medico)
Sergio Liani (Ostacoli)	

LUOGHI DI ALLENAMENTO:

- Stadio delle Terme di Caracalla	- Palestra Scuola Pinelli
- Parco Tor Tre Teste	- Stadio Paolo Rosi
- Parco Villa dei Gordiani	- Parchetto Baden Powell (Colli Aniene)

CORSI:

- Atletica leggera giovanile	- Ginnastica funzionale
- Atletica leggera per adulti (amatori)	- Ginnastica posturale

La Scuola di Atletica Leggera è una scuola nazionale giovanile con criteri stabiliti dal Direttivo dell'Associazione Italiana dei Tecnici di Atletica Leggera. Si svolge in otto anni di frequenza con diversi livelli-obiettivi come prevede un sistema scolastico ufficiale. I livelli sono segnati da gradini di due anni durante i quali l'atleta, frequentando assiduamente, dovrà ottenere i miglioramenti necessari per accedere ai livelli superiori. L'atleta di questa nuova scuola dovrà crescere, senza annoiarsi, a "tutto tondo" o meglio in *circolo* e in *spirale*, frequentando le varie discipline e salendo di esperienza. Gli obiettivi della scuola saranno quelli di portare a livello ottimale, cioè in Nazionale Giovanile ed oltre, gli atleti che frequenteranno la Scuola fino alla sua conclusione. Coloro che non arriveranno a tale obiettivo avranno, in ogni caso, imparato tanto da poter praticare qualsiasi altro tipo di sport e da poter usufruire dei nuovi saperi acquisiti nella propria vita di relazione.

La Scuola è destinata ai ragazzi dagli 8 ai 13 anni e dai 14 ai 25 anni che abbiano voglia di lavorare e di apprendere (unico requisito richiesto). Compito della Scuola sarà quello di stimolare, aiutare a conoscersi, divertire, far assumere responsabilità, coinvolgere l'atleta in un gruppo pervaso da valori sani, compresi alcuni stili di vita (rispetto, comportamento, igiene, alimentazione).

Gli insegnanti sono professori di educazione fisica con la specializzazione di istruttori o allenatori di Atletica Leggera e tecnici Fidal.

PARTECIPAZIONE GARE

Il concetto di **miglioramento personale** costituisce il filo rosso che potrà portare per lungo tempo il giovane atleta a proseguire l'attività con continue soddisfazioni. Non per questo si dimenticano altri obiettivi quali la vittoria, quando è possibile, le convocazioni regionali, come obiettivi medi e quelle nazionali come obiettivi finali della scuola. Tutte le acquisizioni culturali e tecniche dell'atletica non sono mai fine a se stesse ma sempre foriere di capacità utili allo sport e alla vita di relazione.

Le gare, fin da piccoli, fanno parte integrante del processo educativo.

Concludendo: **Con l'atletica non si perde tempo e ci si diverte sempre.**

OBIETTIVI GENERALI

- Migliorare la **forza** adeguatamente alla crescita fisiologica e anatomica dei giovani.
- Migliorare la **resistenza** all'inizio prevalentemente attraverso circuiti allenanti e successivamente anche con l'adozione di corsa aerobica in quantità relativa all'età, senza tralasciare i circuiti, che diventeranno, a questo punto, circuiti di potenziamento.
- Migliorare la **rapidità** a livello generale e nell'esecuzione di gesti particolari. È fondamentale che questo avvenga fin dalle prime lezioni e nel primo biennio quando la gestualità rapida è maggiormente allenabile.
- Aiutare a far emergere la **"volontà esplosiva"**.
- Inserire e migliorare le **capacità coordinative** anche con l'aiuto di giochi di palla.
- **Sconfiggere** paure, timori, timidezze, insicurezze.
- **Conoscere** e approfondire il rispetto di se stessi e degli altri, di familiarità con lo spazio, con il tempo, con gli oggetti dell'atletica e degli altri sport.
- **Migliorare**, attraverso esercizi specifici, le **capacità di combinazione** di movimenti diversi, orientamento e differenziazione spazio-temporale, ritmo, equilibrio, reazioni sensoriali, scelte improvvise e/o inaspettate. In seguito entreranno in funzione anche gli obiettivi più specifici.

Come si può evincere questa dovrà essere una scuola polidisciplinare e, per quanto possibile, anche polisportiva evitando il virus letale che in tutti gli sport domina le menti degli allenatori, genitori e atleti: **quello della precoce specializzazione**. Gli atleti che subiscono questo trattamento finiscono la carriera altrettanto precocemente.

Tutti gli allenamenti conterranno delle opportunità di divertimento.

Anche l'Atletica è un gioco! E che gioco!