

CORSI D'AVVIAMENTO



La **Francesco Francia** nasce nell'ormai lontano 1977 e da ben 37 anni si distingue costantemente all'interno del panorama atletico bolognese (e non solo...) per la grande attenzione verso l'attività giovanile, vero e proprio fulcro di tutta la società. L'obiettivo della società in tutti questi anni è sempre stato quello di fornire a tutti i ragazzi e a tutte le famiglie che entrano a far parte del nostro gruppo **la maggiore assistenza e la maggiore cura possibile**

dall'aspetto tecnico a quello umano, da quello etico-morale a quello agonistico.

I corsi di avviamento rappresentano quindi da sempre il nostro punto di forza, come dimostrano le migliaia di ragazzi e di ragazze che ci sono passati e che grazie al lavoro ed alla passione dei nostri tecnici sono cresciuti sia come atleti che come persone. Molti di loro hanno vissuto l'atletica come un gioco, altri invece si sono messi alla prova in maniera più seria e competitiva ed hanno raggiunto risultati importanti a livello regionale, nazionale ed anche internazionale: il nostro compito è quello di assecondare le aspirazioni e le qualità di ciascuno, **dando la possibilità ad ognuno di esprimere al meglio le proprie potenzialità**, in modi e tempi personalizzati e differenti.

Nel 2009 la Nostra società ha ricevuto dal CONI la “**Stella d'argento al merito sportivo**”, importante riconoscimento concesso per aver contribuito per oltre 30 anni alla diffusione dell'attività agonistica di base e di alto livello.

Tutto ciò è reso possibile dall'attività costante e meticolosa dei nostri tecnici, qualificati e competenti, nostro grande punto di forza: tra le nostre fila contiamo ben una decina di tecnici, **TUTTI laureati in scienze motorie e/o in possesso del brevetto da istruttore o allenatore (1° o 2° livello)** rilasciato dalla Federazione Italiana di Atletica Leggera e molti dei quali con una grande esperienza alle spalle maturata anche e soprattutto insegnando a scuola.

I nostri corsi si sviluppano in tre diversi luoghi della città:

Centro sportivo Arcoveggio, via di Corticella 180: la nostra sede “storica” nel quartiere Navile, in cui operiamo da oltre 30 anni.

All'interno del Centro abbiamo a disposizione la pista di atletica e la palestra dove si svolge la maggior parte delle attività nei mesi invernali.

In gruppi suddivisi per età (per i più piccoli) o per disciplina (per i più grandi) trovano spazio tutti coloro che vogliono cimentarsi nelle varie discipline dell'atletica leggera, dai 6 anni in su.

-

Giorni e orari: lunedì, martedì, mercoledì, giovedì e venerdì

-

Gruppi:

mercoledì e venerdì (17-18.30) dai 6 ai 10 anni

lunedì, mercoledì (17-18-30) e venerdì (15-17.30) dagli 11 ai 14 anni

lunedì, martedì, giovedì e venerdì (17-18.30) dai 15 anni in poi

-

Referente: Marco Simoni

-

Contatti: 3287185425 / info@francescofrancia.org

Palestra Scuole Medie Pepoli, Largo Lercaro 14: altra sede ormai consolidata, attiva da circa 15 anni all'interno del parco della Lunetta Gamberini, nel quartiere Santo Stefano. In questa sede il corso consiste in un primo avviamento alle discipline dell'atletica leggera ed è rivolto soprattutto ai bimbi/ragazzi dai 5 ai 14 anni.

-

Giorni e orari: martedì e giovedì dalle 17 alle 18.30

-

Referente: Marco Simoni

-

Contatti: 3287185425 / info@francescofrancia.org

Palestra scuole medie F.Francia, via Albergati 30 Zola Predosa: la sede in cui è nata la nostra società nel 1977, all'interno della scuola media da cui prende il nome. Da alcuni anni grazie alla collaborazione con la Polisportiva Zola siamo tornati ad operare anche a Zola Predosa, con buoni risultati e soddisfazioni. Nei mesi più caldi e quando il tempo lo consente c'è la possibilità di spostarsi presso il centro sportivo Biancolelli a Borgo Panigale, dove c'è la pista e l'attività può essere maggiormente specifica soprattutto riguardo alle discipline tecniche.

-

Giorni e orari: lunedì e giovedì ore 18-19.30

-

Referente: Martina Libralon

-

Contatti: 3338116520 / polisportivazola@alice.it

I corsi sono **differenziati per fasce di età** per lo meno fino ai 15 anni, ed i contenuti e i mezzi utilizzati passano da una attività generale e multilaterale ad una sempre più specifica ed inerente alle discipline dell'atletica leggera.

A partire dai 15 anni circa i ragazzi verranno poi suddivisi nei diversi gruppi di specialità, per potersi concentrare con maggiore profitto sulle discipline verso le quali hanno dimostrato maggiore interesse e maggiori attitudini.

6-10 anni: Obiettivo del corso è l'**insegnamento degli schemi motori di base** (correre, saltare, lanciare..) in maniera ludica e divertente, anche attraverso l'uso di attrezzi e strumenti tipici dell'atletica leggera. Particolare attenzione verrà dedicata all'apprendimento ed allo sviluppo delle capacità coordinative, fondamentali per una corretta crescita fisica dei ragazzi e per una successiva ed auspicabile attività sportiva più qualificata. Per chi vuole c'è la possibilità già a questa età di prendere parte a qualche manifestazione agonistica, in maniera ludica e spensierata.

10-13 anni: Con questo corso si iniziano ad introdurre le tecniche di base relative a tutte le diverse discipline dell'atletica leggera, così da favorire uno **sviluppo fisico armonico** ed equilibrato sempre nel rispetto del concetto cardine dell'attività giovanile, ovvero la multilateralità. Gli atleti cominciano a questa età a prendere parte a manifestazioni agonistiche di carattere provinciale e regionale, manifestazioni che hanno l'obiettivo di accrescere la passione verso l'atletica, di sviluppare il senso e lo spirito di squadra e di fortificare il carattere attraverso il superamento dei propri limiti.

14-17 anni: A questa età i ragazzi cominciano a manifestare la loro predilezione fisica ed emotiva verso una o più discipline dell'atletica leggera. Sarà quindi compito dei tecnici indirizzarli verso un gruppo di specialità e guidarli nell'apprendimento di tecniche sempre più specifiche che consentiranno loro di diventare dei velocisti, dei lanciatori, dei saltatori, dei mezzofondisti o dei marciatori. **La competizione diventa perciò a questa età momento imprescindibile** per valutare i propri miglioramenti e per coloro che ne avranno la capacità si apriranno le porte di competizioni sempre più prestigiose, quali rappresentative regionali, campionati italiani e competizioni internazionali.

