

Biathlon-Fondo



CORSO AGONISTICO CATEGORIA JIUNIORES (1999/2000) ASPIRANTI (2001/2002), ALLIEVI (2003/2004)

FONDO € 1450,00

Allenatori: Aldo Confortola, Christian Cusini, Luca Bormolini, Gregory Castellani, Simone Urbani

1. **Periodo Primaveraile: dal 14/05/2018 al 30/06/2018:**
Preparazione Fisica Generale (o G.P.P. General Physical Preparation)
2. **Periodo estivo: dal 02/07/2018 al 08/09/2018:**
Allenamento forza c/o palestra Aqua Granda **2 giorni la settimana**
Allenamento esterno c/o parcheggio Mottolino **3 giorni la settimana**
3. **Periodo Autunnale: dal 10/09/2018 al 24/11/2018:**
Allenamento forza c/o palestra Aqua Granda **2 giorni la settimana**
Allenamento esterno, ritrovo in base alle attività **3 giorni la settimana**
N.B. Trasferte frequenti in Valdidentro (Pista Oga)
4. **Periodo Invernale: dal 26/11/2018 al 30/03/2019**
Partecipazione calendario gare, tessera F.I.S.I.
Allenamento 4 giorni la settimana

Termine iscrizioni venerdì 08 giugno 2018:

1à rata venerdì 08 giugno 2018	€ 525.00 fondo;
2à rata venerdì 07 settembre 2018	€ 475.00 fondo;
3à rata venerdì 14 dicembre 2018	€ 450.00 fondo;

AGEVOLAZIONI FAMIGLIE

Famiglie con più figli: 2 figlio -15%, terzo figlio -20 %

CORSO AVVICINAMENTO AL BIATHLON ALLIEVI (2003/2004) € 70.00

Allenatori: Christian Cusini – Federico Cusini

La quota comprende: 8 lezioni di tiro, da 1h 30' l'una in gruppi di 2/3 ragazzi dal 1 luglio al 31 agosto.

ISCRIZIONI ENTRO 29 GIUGNO 2018

Biathlon-Fondo



CORSO AGONISTICO CATEGORIA JUNIORES (1999/2000) ASPIRANTI(2001/2002), ALLIEVI (2003/2004)

BIATHLON € 2100,00

Allenatori: Christian Cusini, Luca Bormolini, Gregory Castellani, Emil Bormetti

2. **Periodo Primaveraile: dal 02/05/2018 al 30/06/2018:**

Preparazione Fisica Generale (o G.P.P. General Physical Preparation)

3. **Periodo estivo: dal 02/07/2018 al 08/09/2018:**

Allenamento forza c/o palestra Aqua Granda **2 giorni la settimana**

Allenamento esterno c/o parcheggio Mottolino **3 giorni la settimana**

Allenamento Biathlon con Christian 2 giorni la settimana

4. **Periodo Autunnale: dal 10/09/2018 al 24/11/2018:**

Allenamento forza c/o palestra Aqua Granda **2 giorni la settimana**

Allenamento esterno, ritrovo in base alle attività **3 giorni la settimana**

Allenamento Biathlon con Christian e Luca 2 giorni la settimana

N.B. Trasferte frequenti in Valdidentro (Pista Oga)

5. **Periodo Invernale: dal 26/11/2018 al 30/03/2019**

Partecipazione calendario gare, tessera F.I.S.I.

Allenamento 4 giorni la settimana

Termine iscrizioni venerdì 08 giugno 2018:

1à rata venerdì 08 giugno 2018	<u>€ 700,00 biathlon</u>
2à rata venerdì 07 settembre 2018	<u>€ 700,00 biathlon</u>
3à rata venerdì 14 dicembre 2018	<u>€ 700,00 biathlon</u>

AGEVOLAZIONI FAMIGLIE

Famiglie con più figli: 2 figlio -15%, terzo figlio -20 %