



## TENNISTAVOLO

uno sport dinamico e riflessivo

### CORSI DI AVVIAMENTO

Per ragazzi e ragazze dai 7 ai 15 anni.  
Responsabile Tecnico Alberto Vermiglio

1° corso lunedì - mercoledì 16.45/17.55  
entrata palestra via Borghetto Accademia n.6  
Istr. Carla Mognaschi

### SEZIONE AGONISTICA

Agonistica dal lunedì al venerdì 20.00/22.00  
entrata palestra via Borghetto Accademia n.6  
Istr. Alberto Vermiglio



## RUGBY

una disciplina rude ma divertente

### INIZIO ALLENAMENTI A SETTEMBRE

Per informazioni Zuccherelli Marco 3407514510

Mynirugby 2009/2016	lunedì - giovedì	17.30/19.00
Under 14 2007/2008	martedì - mercoledì - venerdì	18.00/19.30
Under 16 2005/2006	martedì - mercoledì - venerdì	18.00/19.30
Under 18 2002/2004	martedì - mercoledì - venerdì	19.30/21.00



## ATLETICA LEGGERA

corri, salta, lancia: i gesti più naturali  
in una disciplina sportiva

### SETTORE GIOVANILE E AVVIAMENTO

Attività ed iscrizioni c/o Campo di Atletica "Carlo Gotti"  
www.ederatletica.it Via Campo di Marte,1

Per ragazzi e ragazze dai 5 ai 15 anni

1° corso 2015/14/13/12 (Esordienti)	lun. - giov .	17-18
2° corso 2011/10 (Esordienti)	mart. - ven.	17-18
3° corso 2009/08 (Ragazzi)	mart. - ven.	15.30-17
4° corso 2007/06 (Cadetti)	lun. - giov .	15.30-17

Cell 391.4263512



## NUOTO

Uno sport indispensabile in un ambiente affascinante

Per i corsi di nuoto bambini e ragazzi rivolgersi direttamente presso la piscina comunale Via Turati. Tel. 0543 818805

## Polisportiva Edera

Oltre 70 anni di storia e di sport a Forlì



Per informazioni: Segreteria della  
**POLISPORTIVA EDERA**

Viale della Libertà, 10 - 47122 Forlì  
Tel. 0543.33704 - Fax 0543.30147  
email: info@polisportivaedera.it

## APERTURA ISCRIZIONI 24 AGOSTO

## INIZIO CORSI 28 SETTEMBRE

da settembre prove gratuite (informarsi in segreteria)

Gli allievi devono presentare in Segreteria un certificato medico attestante l'idoneità fisica valido per l'anno sportivo in corso, inoltre gli allievi dai 5 anni compiuti ai 18 non compiuti all'atto dell'iscrizione dovranno presentare il proprio codice fiscale al fine di poter beneficiare delle detrazioni d'imposta previste dalla Legge Finanziaria 2007.

## CENTRI C.O.N.I. DI AVVIAMENTO ALLO SPORT



**FONDAZIONE**  
CASSA DEI RISPARMI DI FORLÌ  
www.fondazioneCARIFORLI.it - Tel. 0543.711223

Tipografia Artigiana snc - Tel. 0543/32402

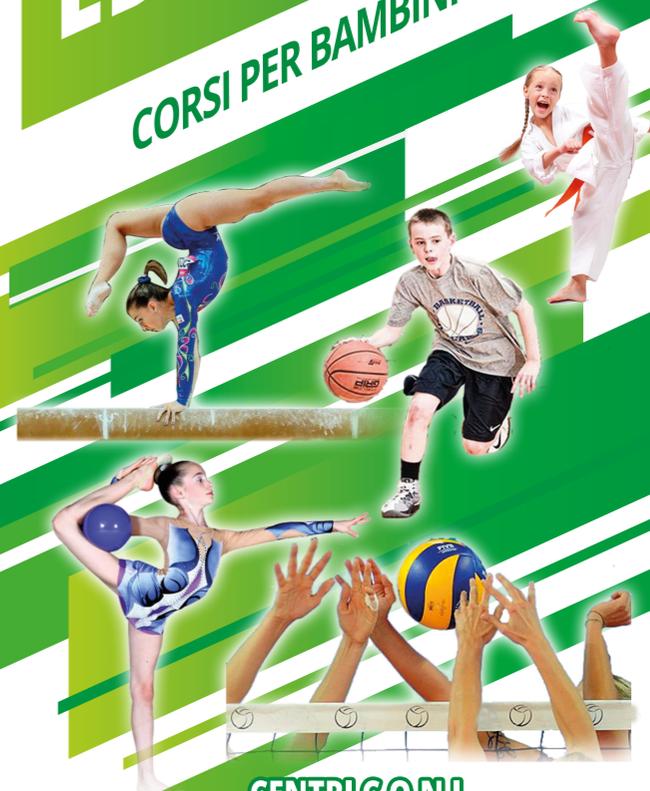


PROGRAMMA ATTIVITÀ SPORTIVE  
RISERVATE AI SOCI  
Viale della Libertà, 10 - 47122 Forlì  
Tel. 0543.33704 - Fax 0543.30147  
info@polisportivaedera.it

# POLISPORTIVA EDERA FORLÌ asd

fondata nel 1947

## CORSI PER BAMBINI E RAGAZZI



**CENTRI C.O.N.I.  
DI AVVIAMENTO ALLO SPORT**  
**PROGRAMMA 2020/2021**



## GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE

per muovere il corpo con grazia ed eleganza

Scuola di Ginnastica Artistica 4 stelle  
riconosciuta dalla  
Federazione Ginnastica Italia (FGI)

### CORSI DI AVVIAMENTO

Per bambine dai 4 anni in avanti.  
Istr. Giardini Serena

Corso A Pal. B	2016/2015	lunedì - giovedì	17.00
Corso B Pal. B	2014/2013	lunedì - giovedì	18.00
Corso C Pal. B	2013/2012	martedì - venerdì	17.00
Corso D Pal. B	DAI 9 ANNI	martedì - venerdì	18.00
3° corso Pal. Arti Marziali	(amatoriale)	lunedì - venerdì	15.00/16.30

### SEZIONE AGONISTICA

Per informazioni sugli orari della sezione agonistica  
telefonare in Segreteria dal 24 agosto  
Responsabile Tecnico: Prof. Plachesi Stefania



## GINNASTICA RITMICO SPORTIVA

...5 piccoli attrezzi ...musica ....espressività corporea

### CORSI DI AVVIAMENTO

Per bambine dai 4 anni in avanti.

Responsabile Tecnico Prof. Rosetti Anna Lisa

1° corso	lunedì - giovedì	17.00
		Pal. Azzurra
2° corso	lunedì - giovedì	18.00
		Pal. Azzurra
<b>SEZIONE AGONISTICA</b>		
PREAGONISTICA/AGONISTICA	lunedì - giovedì	18.00/19.00
		Pal. Azzurra
	mercoledì	18.30/20.30
		Pal. Smeraldo



## BASKET

...corri a canestro!

### MINI BASKET

Istr. Bondi Andrea

1° corso	martedì - venerdì	17.00/18.30
		Pal. Azzurra



## KARATE

un'arte marziale semplice e perfetta

Edera Karate Forlì appartenente alla FIJKAM  
(Unica Federazione ufficiale di Karate riconosciuta dal C.O.N.I.)

### CORSI DI AVVIAMENTO

Per ragazzi e ragazze dai 5 ai 14 anni.

Responsabile Tecnico M° Mariani Maurizio (6° dan)

La pratica di questa disciplina favorisce in modo determinante le capacità motorie e l'equilibrio psicofisico. Qualità primarie come la coordinazione, la mobilità articolare, l'autocontrollo, la concentrazione, la rapidità, la forza e la resistenza sono sollecitate e migliorate costantemente nelle varie fasi evolutive dell'allievo. Le tecniche di insegnamento previste, vengono impartite sempre come mezzo per migliorare le qualità sopracitate. Il karate è uno sport completo la cui pratica costante può apportare una maggiore sicurezza in se stessi, come consigliano molti medici pediatri.

Avv.A dai 5 ai 7 anni	lunedì - giovedì	16.45
		Pal. Arti Marziali
Avv.B dagli 8 agli 11 anni	martedì - venerdì	16.45
		Pal. Arti Marziali
1° Corso	martedì - venerdì	17.45
		Pal. Arti Marziali
2° Corso	martedì - venerdì	18.45
		Pal. Arti Marziali

### SEZIONE AGONISTICA

Nel settore agonistico sono ammessi gli allievi che denotano spiccate capacità tecniche e predisposizione psicologica al conseguimento di obiettivi agonistici.

Pal. Arti Marziali lun. - mer. - giov. 17.45 / 19.00



## TAEKWONDO

dalla Corea: pugni e calci in volo

Il Taekwondo è uno sport Olimpico e arte marziale molto formativa, che insegna valori, quali rispetto disciplina e amicizia. Fisicamente completo, sviluppa ogni capacità motoria generale e specifica, ed è adatto a tutti.

### CORSI DI AVVIAMENTO

Per ragazzi e ragazze dai 5 agli 11 anni.

Resp. Tecnico: All. Filippo Rosati (1° dan)

1° corso dai 5 agli 7 anni	lunedì - giovedì	17.00/18.00
		Pal. Rubino B
2° corso dai 8 agli 11 anni	lunedì - giovedì	19.00/20.00
		Pal. Arti Marziali
3° corso dai 11 ai 13 anni	martedì - venerdì	19.00/20.00
		Pal. B
	mercoledì	19.00/20.00
		Pal. Arti Marziali

### SEZIONE AGONISTICA

lunedì - mercoledì - giovedì	19.00/21.30	Pal. Arti Marziali
martedì - venerdì	19.00/21.30	Pal. B



## GIOCO SPORT

Corso consigliato ai giovani di età' compresa fra gli 8 e i 14 anni, con disfunzioni di varia natura (cognitive, spaziali, muscolari e orali). Attività rivolta all'apprendimento e alla conoscenza del proprio corpo tramite esercizi di respirazione, coordinazione e allungamento muscolare, con lo scopo di raggiungere una per cezione multisensoriale equilibrata ed efficiente; un'azione preventiva e adattativa in uno spazio ludico.

(CORSO MISTO)

lunedì - giovedì	16.15/17.15
	Pal. Azzurra

Ins. Giacomo Bassi - laureato in attività motorie per il benessere ed il tempo libero, conoscitore del metodo Mezieres, qualifica in posturologia e terapie manuali.



## PALLAVOLO FEMMINILE

Uno sport di squadra dinamico e coinvolgente

Per bambine dagli 8 anni in avanti.

Coordinatore Tecnico Prof. Giannetti Mauro

1° corso Minivolley	martedì - venerdì	17.00/18.00
		Pal. Smeraldo
2° corso Superminivolley	martedì - venerdì	18.00/19.00
		Pal. Smeraldo
Under 15	lunedì	19.15/20.45
		Pal. Azzurra
	martedì	18.45/20.30
		Pal. Azzurra
	giovedì	19.15/21.00
		Pal. Azzurra
2° Divisione	lunedì	20.45/22.30
		Pal. Azzurra
	mercoledì	19.30/21.30
		Pal. Azzurra
	venerdì	19.30/21.30
		Pal. Azzurra