



## 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 16.15/17.30  
*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

Per informazioni Zuccherelli Marco 3407514510

Mynirugby lunedì - giovedì 17.30/18.30  
 2011/12/13/14/15/16/17 (inizio 06/09/21)

Under 13 lunedì - giovedì 18.00/19.30  
 2009/2010 (inizio 06/09/21)

Under 15 lunedì - martedì - venerdì 18.00/19.30  
 2007/2008 (inizio 06/09/21)

Under 17 martedì - mercoledì - venerdì 18.00/19.30  
 2005/2006 (inizio 31/08/21)

Under 19 martedì - mercoledì - venerdì 19.30/21.00  
 2002/03/04 (inizio 24/08/21)



## 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](http://www.ederatletica.it) Via Campo di Marte, 1

Per ragazzi e ragazze dai 5 ai 15 anni  
 Inizio corsi di atletica leggera lunedì 6 settembre 2021

1° corso 2016/15/14 (Esordienti)	lun. - giov.	17-18
2° corso 2013/12/11 (Esordienti)	mart. - ven.	17-18
3° corso 2010/09 (Ragazzi)	mart. - ven.	15.30-17
4° corso 2008/07 (Cadetti)	lun. - mar. - gio. - ven.	15.30-17

Per informazioni: Cell. 391.4263512 Email: edera.atletica@gmail.com



## 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**

**75 anni di storia e di sport a Forlì**

Per informazioni: Segreteria della

## POLISPORTIVA EDERA

Viale della Libertà, 10 - 47122 Forlì  
 Tel. e Fax 0543.33704  
 email: [info@polisportivaedera.it](mailto:info@polisportivaedera.it)

## APERTURA ISCRIZIONI 25 AGOSTO

## INIZIO CORSI 4 OTTOBRE

dal 20 settembre al 1° ottobre 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](http://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. e Fax 0543.33704  
[info@polisportivaedera.it](mailto: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 2021/2022



## 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	2017/2016	lunedì - giovedì	17.00
Corso B Pal. B	2015/2014	lunedì - giovedì	18.00
Corso C Pal. B	2014/2013	martedì - venerdì	17.00
Corso D Pal. B	DAI 9 ANNI	martedì - venerdì	18.00
3° corso (amatoriale)		lunedì - venerdì	15.00/16.30

### SEZIONE AGONISTICA

Per informazioni sugli orari della sezione agonistica telefonare in Segreteria dal 25 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

### SEZIONE AGONISTICA

Per informazioni sugli orari della sezione agonistica telefonare in Segreteria dal 25 agosto  
Tecnico: Paganin Stefania



## 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 ai 7 anni	lunedì - giovedì	16.45/17.45
		Pal. Rubino B
2° corso dagli 8 agli 11 anni	lunedì - giovedì	19.00/20.00
		Pal. Arti Marziali
3° corso dagli 11 ai 13 anni	lun. - mer. - gio.	20.00/21.30
		Pal. Arti Marziali

### SEZIONE AGONISTICA

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



## 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



## GIOCO SPORT

Multifunzionale

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, alla conoscenza del proprio corpo e ad una riprogrammazione posturale globale, con lo scopo di raggiungere una percezione 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 15/16	lunedì	19.15/20.45
		Pal. Azzurra
	martedì	19.15/20.45
		Pal. Azzurra
	giovedì	19.15/20.45
		Pal. Azzurra