



AYUNTAMIENTO DE
CASTELLANOS DE MORISCOS
(Salamanca)

“ESCUELA DE ATLETISMO” CASTELLANOS DE MORISCOS 2016-2017



En Octubre comenzamos un nuevo plan de promoción de Atletismo en Castellanos de Moriscos a través de la ya consolidada Escuela de Atletismo de Castellanos y gracias a la colaboración entre el Ayuntamiento de Castellanos y el Club Deportivo la Armuña.

Sin ser el objetivo más importante la Competición, a demás de las clases-entrenamientos de los Martes y Jueves, seguiremos ofreciendo la posibilidad de participar en Juegos Escolares y Deporte Federado.

En este apartado queremos felicitar al equipo, Escuela de Atletismo Escuela de Castellanos de Moriscos que la pasada temporada se proclamó **Campeón Provincial de Campo a Través** de Juegos Escolares en la categoría **Benjamín Masculina.**

También sin sobre coste se ofrece la posibilidad de acudir a las Pistas de Atletismo de Helmántico a completar los entrenamientos.

CONTENIDOS:

<u>EDAD</u>	<u>NIVEL</u>	<u>DIA MARTES DE 17 A 18H</u> <u>DIA JUEVES DE 17 A 18H</u>	<u>Contenido Extra(sin coste)</u> <u>DOMINGOS</u>
3 a 8 AÑOS	Formación física General	Formas Básicas del Movimiento. Descubrimiento y desarrollo de las capacidades motoras.(Fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, movilidad)a través de juegos pruebas y elementos atléticos adaptados.	A partir de categoría Benjamín (7 y 8 años) se ofrece la posibilidad de participar en juegos escolares(Campo a través) y deporte en edad potenciando la participación en equipo.
De 9 a 12 años	Pre deportivo	Fundamentos técnicos y tácticos generales de las distintas disciplinas atléticas. Lanzamientos, saltos, carreras, vallas.	A partir de la categoría Alevín 9 y 10 años e infantiles (11 y 12 años) se ofrece la posibilidad de participar en Juegos Escolares y deporte en edad (campo a través y Atletismo en Pista , potenciando la participación en equipo.
A partir de 13 años	Iniciación Deportiva	Fundamentos técnico-tácticos y orientación hacia pruebas atléticas para las que veamos un despunte de cualidades o hacia las que más les gusten a los atletas. 100ml,lanzamiento de peso, 1.500ml. carreras con vallas etc...	A partir de la categoría Cadete 12 y 13 años seguimos ofreciendo la participación en juegos escolares ,y deporte en edad tanto en campo a través como en pista .Sin olvidar la participación como equipo también intentaremos que el deportista mejore sus marcas e incluso acuda a campeonatos autonómicos y nacionales en la prueba que haya elegido individualmente.
Adultos	Deporte Ocio y popular, Escuela de Running, correr ,asesoramiento... ..carreras	Adquirir conocimientos de carreras, no solo en cuanto a la condición física , entrenamientos sino también optimizar todas las fuerzas poniendo principal atención al deporte Ocio y Salud.	Asesoramiento presencial y on line en la participación de carreras, de asfalto, trial y campo a través .

MONITORES Y ENTRENADORES TITULADOS POR LA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ATLETISMO

ENTREGAR ESTE FORMULARIO EN EL AYUNTAMIENTO, CENTRO CULTURAL O BIBLIOTECA

FORMULARIO PREINSCRIPCIÓN

Nombre y apellidos:

Dirección:

Teléfono:

Edad: Fecha Nacimiento:

E-mail:

CONFIRMACIÓN DE LA PREINSCRIPCIÓN DEL 1 AL 20 DE SEPTIEMBRE

FECHA Y FIRMA: