

CORRI CON NOI

Per tesserarsi con la nostra società Juvenia SSD, affiliata Fidal, sono necessari:

- Il certificato medico agonistico rilasciato da un medico dello sport (specificando la disciplina dell'Atletica Leggera)
- Un documento
- Una foto formato tessera (.jpeg)

Vi invitiamo comunque a venirci a trovare presso la nostra struttura, saremo lieti di darvi tutte le informazioni necessarie.

Queste le quote per il rinnovo del tesseramento per il 2018:

- 30 euro per i Soci (la quota comprende il kit di gara)
- 70 euro per gli esterni (la quota comprende il kit di gara)
- 170 euro per gli esterni con la possibilità di partecipare alle sessioni di allenamento del martedì e del giovedì (la quota comprende il kit di gara)

ORARI DEGLI ALLENAMENTI:

- **martedì dalle 19.00 alle 20.00**

allenamento e preparazione atletica con Emilio de Bonis, tecnico Fidal, in palestra.

- **giovedì dalle 18.30 alle 19.30**

allenamento e preparazione atletica con Emilio De Bonis allo Stadio Paolo Rosi o alla Farnesina

- **sabato o domenica mattina (a seconda della partecipaz. alle gare)**

corsa lunga di gruppo con partenza dal laghetto di Tor Di Quinto