

# SPORTIVA STURLA

Associazione Sportiva Dilettantistica - Fondata nel 1920 - Stella d'oro C.O.N.I. al merito sportivo  
via 5 Maggio 2d - 16147 Genova - telefono 010.3730772 (segreteria) - 010.3730765 (fax) - 010.397233 (bar)  
www.sportivasturla.it email: segreteria@sportivasturla.it

## CORSI PREAGONISTICI

dal 26 Settembre 2011 al 16 Giugno 2012

- 1° ciclo dal 26 Settembre 2011 al 22 Dicembre 2011 (iscrizioni aperte dal 5 Settembre 2011)  
2° ciclo dal 9 Gennaio 2012 al 17 Marzo 2012 (iscrizioni aperte dal 1 Dicembre 2011)  
3° ciclo dal 19 Marzo 2012 al 16 Giugno 2012 (iscrizioni aperte dal 1 Marzo 2012)

### Corso Preagonistico Nuoto

*maschi nati 2003/2004 - femmine nate 2004/2005*

*Lunedì - Mercoledì - Giovedì - Sabato 18,15 / 19,00 frequenza minima 2 giorni*

*Tariffa corso: 3 rate da € 200,00*

L'attività preagonistica di **Nuoto**, attraverso le potenzialità educative insite in un corretto e continuato rapporto con l'acqua, si propone il duplice obiettivo di educare all'acqua e con l'acqua. Mediante l'insegnamento delle tecniche natatorie si tende alla realizzazione di personalità equilibrate in tutte le sue componenti: intellettive, sociali, affettivo/emotive e organiche e allo sviluppo delle capacità coordinative e degli schemi motori di base. Gli elementi costitutivi delle nuotate vengono insegnati prima in forma semplificata poi progressivamente sempre più particolareggiata, successivamente devono essere collegati gli uni agli altri in modo organico e funzionale, per raggiungere come obiettivo finale una conoscenza più raffinata delle tecniche di nuotata e per poter essere poi pronti a vivere questo sport in ambito agonistico. Le squadre agonistiche della Sportiva Sturla partecipano ai vari Campionati Regionali giovanili ed assoluti.

### Corso Preagonistico e Scuola Pallanuoto

*maschi nati 2001/2002/2003/2004*

*Lunedì - Martedì - Giovedì - Venerdì 18,15 / 19,00 frequenza minima 2 giorni*

*Tariffa corso: 3 rate da € 200,00*

L'attività preagonistica di **Pallanuoto** ha come obiettivo lo sviluppo della capacità di muoversi in acqua liberamente variando le posizioni del corpo (verticale e orizzontale) e l'acquisizione di alcune tecniche di base specifiche della pallanuoto sviluppate attraverso esercizi con la palla e, naturalmente, le partite. Oltre agli aspetti prettamente tecnico-tattici, i nostri istruttori e allenatori sono particolarmente attenti agli aspetti psico-pedagogici, identificando negli stessi degli elementi prioritari per la costruzione di agonisti di qualità e per lo sviluppo dello sport di eccellenza: atteggiamenti, relazione tra i compagni di squadra e con le figure che gravitano attorno all'attività, senso di appartenenza, lealtà, sono solo alcuni dei valori/principi inseriti nel nostro programma didattico.

Le squadre agonistiche della Sportiva Sturla partecipano al Campionato Nazionale di serie B ed ai vari Campionati Regionali giovanili.

### Corso Preagonistico Nuoto per Salvamento

*maschi 1998/1999/2000 - femmine 1999/2000/2001*

*Lunedì - Martedì - Giovedì - Venerdì 15,15 / 16,45 frequenza minima 2 giorni*

*Tariffa corso: 3 rate da € 145,00*

L'attività preagonistica di **Nuoto per Salvamento** ha un duplice obiettivo: oltre a fornire una base di nuoto, permette di prendere confidenza con le principali tecniche di salvataggio avvicinandosi alle gare del Salvamento. Il Nuoto per Salvamento è la disciplina della Federazione Italiana Nuoto che unisce le tecniche del nuoto tradizionale a quelle degli Assistenti Bagnanti con il fine di "aiutare gli altri", quindi non solo nuoto ma anche un addestramento al salvataggio di vite umane. Oltre ad imparare a nuotare nella superficie di una piscina, occorre diventare abili in mare, conoscere le tecniche di nuoto subacqueo, diventare agili e scattanti sulla spiaggia, apprendere ed utilizzare le più moderne attrezzature di salvataggio.

La squadra agonistica della Sportiva Sturla partecipa ogni anno al Campionato Nazionale Assoluto e di Categoria, in cui sia le squadre civili che quelle militari si affrontano in affascinanti e spettacolari simulazioni di salvataggi, in inverno in piscina e nella bella stagione anche in mare e sulle spiagge.

**Ai corsi preagonistici si accede solo dopo una valutazione effettuata dai tecnici preposti.**

**I nati in altre annate, interessati ai corsi preagonistici,  
sono invitati a rivolgersi in Segreteria.**

LE TARIFFE E GLI ORARI POSSONO VARIARE IN QUALUNQUE MOMENTO

>>> PRESENTARE ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE LA TESSERA SANITARIA DELL'ALLIEVO E DI UN GENITORE <<<