



Affiliata
Unione Rugby Capitolina ASD

FAR  **TLETICA**

Affiliata
ASD FarAtletica

INFORMAZIONI:

POLISPORTIVA FRASSO SABINO A.S.D.

Segreteria: 371.1891167

polisportivafrasso@gmail.com

Campo sportivo "F. Valeri"
Via Mirtense 02030
Frasso Sabino (RI)



**POLISPORTIVA
FRASSO SABINO
A.S.D.**

**NON SI VIVE
DI SOLO
CALCIO!**





POLISPORTIVA FRASSO SABINO A.S.D.

A partire dalla stagione 2016/2017 la **POLISPORTIVA FRASSO SABINO ASD** propone una formula nuova per avvicinare i bambini allo sport, il:

PROGETTO MULTIDISCIPLINARIETA'

CHE COS'E'?

Il **"Progetto Multidisciplinarietà"** permette di praticare **quattro differenti discipline sportive** nel corso dell'anno. I corsi avranno luogo presso il centro sportivo comunale "F. Valeri" di Frasso Sabino, con possibilità di utilizzare anche altre strutture convenzionate con le società partner.

QUALI ATTIVITA' SI POSSONO PRATICARE?

Le attività sportive che sarà possibile praticare sono il **CALCIO**, il **RUGBY**, l'**ATLETICA** e il **BASKET**.

Non è obbligatorio iscriversi a tutte e quattro: si può scegliere di partecipare ai corsi singoli di ciascuno sport. Tutte le attività sono organizzate e gestite da istruttori qualificati.

PERCHE' E' UTILE PRATICARE PIU' SPORT?

Per il benessere dei bambini tra i **6 ed i 12 anni** la pratica di attività sportive differenti è universalmente riconosciuta come più indicata del singolo corso sportivo, non soltanto a livello fisico, per garantire uno sviluppo complessivo più equilibrato, ma soprattutto a livello psicologico e sociale, mettendo il giovane a confronto con situazioni e stimoli diversi.

A CHI E' RIVOLTO?

Il **"Progetto Multidisciplinarietà"** è rivolto a bambini e bambine tra i **6 ed i 12 anni**.

CALCIO

POL. FRASSO SABINO ASD

"Come spiegherebbe ad un bambino cos'è la felicità?"
"Non glielo spiegherei.
gli darei un pallone e lo farei giocare"

Il calcio non ha bisogno di presentazioni, l'ambiente in cui vogliamo insegnarlo sì. Rispetto per le regole e per l'avversario, disciplina, sana competitività e, soprattutto, divertimento: questi sono i punti fermi da cui partirà il nostro percorso quest'anno. Gli atleti troveranno un ambiente che non sarà solo stimolante sotto il profilo fisico, ma allenante per tutti gli aspetti della vita, per aiutarli a diventare calciatori ma soprattutto uomini.

RUGBY

società partner
UNIONE RUGBY CAPITOLINA

**"Il rugby trasforma i bambini in uomini
e gli uomini in bambini."**

Il rugby è uno sport affascinante, fatto di coraggio, preparazione atletica e lealtà.

La "Capitolina Rugby" è una società con venti anni di storia alle spalle, che si è laureata Campione d'Italia per ben due volte ma che soprattutto fa del lavoro con i giovani il suo fiore all'occhiello. La qualità e l'esperienza degli istruttori saranno il valore aggiunto per avvicinare i bambini al meraviglioso mondo del rugby.

ATLETICA

società partner
ASD FARATLETICA

"Non si inizia a correre. E' la corsa che ti inizia"

L'atletica è la regina degli sport, per completezza e varietà delle discipline che racchiude al suo interno. "Faratletica", società federata FIDAL presente da anni sul territorio sabino, ha messo in bacheca quest'anno un titolo regionale individuale e ben quattro tra i suoi tesserati sono stati chiamati dalla rappresentativa regionale del Lazio per partecipare ai campionati nazionali.

Una società legata al territorio ma allo stesso tempo capace di aprirsi al mondo.

BASKET

POL. FRASSO SABINO ASD

"Il basket è l'unico sport che tende al cielo. Per questo è una rivoluzione per chi è abituato a guardare sempre a terra."

Il basket è uno sport che favorisce lo sviluppo della coordinazione con tutti i benefici degli sport di squadra. Non è di sicuro una sorpresa assoluta per il nostro territorio, che in passato ha riscosso grandi successi sportivi nella pallacanestro. Organizzeremo corsi di mini-basket avvalendoci di istruttori diplomati e specializzati per avvicinare i bambini e le bambine al mondo della palla a spicchi.

NON SOLO BAMBINI...

La POLISPORTIVA FRASSO SABINO ASD non si rivolge solamente ai bambini, ma anche agli adulti, con il calcio a cinque ed i corsi di GAG, zumba e ginnastica posturale.



CALCIO A CINQUE

La stagione in corso è stata la prima per gli atleti della polisportiva, che hanno preso parte al **torneo provinciale UISP di calcio a cinque**, raggiungendo il quarto posto assoluto.



ATTIVITA' GINNICA INDOOR

Presso la palestra comunale di Frasso Sabino sono attivi da quest'anno corsi di **zumba**, **total-body** e **ginnastica posturale**, tenuti da istruttori qualificati e rivolti ad uomini e donne.