CUS PARMA TRIATHLON

Attività giovanile 2023/24

MINICUCCIOLI (nati nel 2018-2017)

Tecnico di Riferimento: Angelo Boscia

OPZIONE 1: DUATHLON (BICI-CORSA)

BICI-CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

- L'attività BICI-CORSA inizia dal 11 settembre 2023 e prosegue fino Al 15 giugno 2024. Nel periodo di giugno/luglio 2024 sarà offerta, senza integrazione di quota, la possibilità di proseguire l'attività in funzione delle gare secondo calendario FITRI.
- Quota: 240,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ (KIDS 2018-2015)
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde) dal compimento dei 6 anni. Agli allenamenti bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: TRIATHLON CORSISTICA

BICI –CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

NUOTO: Lezioni da 45' a scelta da Lunedì a Venerdì 16:00 -18:15, Sabato 09:00-12:00 e 14:30 -16:00 c/o Piscina E.Negri.

Per essere inseriti all'interno di un corso di nuoto è necessario che il bambino sostenga una prova per determinare il livello tecnico. Una volta individuato il livello, verranno proposte diverse combinazioni di giornate e orario tra i quali scegliere. Le iscrizioni sono aperte fino ad esaurimento posti.

- L'attività BICI-CORSA inizia dal 11 settembre 2023 e prosegue fino al 15 giugno 2024. Nel periodo di giugno/luglio 2024 sarà offerta, senza integrazione di quota, la possibilità di proseguire l'attività in funzione delle gare secondo calendario FITRI.
- .Quota BICI –CORSA: 190,00 euro da pagare c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ (KIDS 2017-2014).
- L'attività NUOTO è trimestrale (1° periodo: 11 settembre - 23 dicembre) e può essere MONOSETTIMANALE o BISETTIMANALE:
- Quota NUOTO STAGIONALE CONSIGLIATO (fino al 15 giugno): 459,00 euro (Lun-Ven) oppure 490,00 euro (Sab) + 3,00 euro Tesseramento FIN. La quota deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- Quota NUOTO MONOSETTIMANALE TRIMESTRALE: 195,00 euro (Lun-Ven) oppure 220,00 euro (Sab) + 3,00 euro Tesseramento FIN. La quota deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- Quota NUOTO BISETTIMANALE TRIMESTRALE: 290,00 euro (Lun-Ven) oppure 440,00 euro (Sab). + 3,00 euro Tesseramento FIN. La quota deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde) dal compimento dei 6 anni. Agli allenamenti BICI-CORSA bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

CUCCIOLI (nati nel 2016-2015)

Tecnico di riferimento: Angelo Boscia

OPZIONE 1: DUATHLON (BICI-CORSA)

- BICI-CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 e Venerdì 17.00-18.00/17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno). Nota: L'allenamento del Venerdì sarà riservato ai nati nel 2015.
- L'attività inizia il 12 settembre 2023 e proseguirà fino a luglio 2024, in funzione del calendario gare.
- .Quota: 300,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ (KIDS 2018-2015)
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde). Agli allenamenti bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: TRIATHLON CORSISTICA

- BICI-CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 e Venerdì 17.00-18.00/17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)
- NUOTO: Lezioni da 45' a scelta da Lunedì a Venerdì 16:00 -18:15, Sabato 09:00 -12:00 e 14:30 -16:00 c/o Piscina E.Negri.
- Per essere inseriti all'interno di un corso di nuoto è necessario che il bambino sostenga una prova per determinare il livello tecnico. Una volta individuato il livello, verranno proposte diverse combinazioni di giornate e orario tra i quali scegliere. Le iscrizioni sono aperte fino ad esaurimento posti.
- L'attività BICI-CORSA inizia il 12 settembre 2023 e proseguirà fino a luglio 2024, in funzione del calendario gare.
- .Quota BICI –CORSA: 230,00 euro da pagare c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui:https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ (KIDS 2018-2015)
- L'attività NUOTO è trimestrale (1° periodo: 11 settembre - 23 dicembre) e può essere MONOSETTIMANALE o BISETTIMANALE:
- Quota NUOTO STAGIONALE CONSIGLIATO (fino al 15 giugno): 459,00 euro (Lun-Ven) oppure 490,00 euro (Sab) + 3,00 euro Tesseramento FIN. La quota deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- Quota NUOTO MONOSETTIMANALE TRIMESTRALE: 195,00 euro (Lun-Ven) oppure 220,00 euro (Sab) + 3,00 euro Tesseramento FIN. La quota deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- Quota NUOTO BISETTIMANALE TRIMESTRALE: 290,00 euro (Lun-Ven) oppure 440,00 euro (Sab). + 3,00 euro Tesseramento FIN. La quota deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde) dal compimento dei 6 anni. Agli allenamenti BICI-CORSA bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

CUCCIOLI (nati nel 2016-2015)

Tecnico di riferimento: Angelo Boscia

OPZIONE 3: TRIATHLON AGONISTICO

- BICI-CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 e Venerdì 17.00-18.00/17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno). Nota: L'allenamento del Venerdì sarà riservato ai nati nel 2015.
- NUOTO: Lunedì e Giovedì h. 17.15-18.45 c/o Piscina E.Negri.
- L'attività inizia il 12 settembre e proseguirà fino a luglio 2024, in funzione del calendario gare. Gli allenamenti di nuoto inizieranno il 2 ottobre 2023.
- Quota: 230,00 euro + 750,00 euro + 12,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (230,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ (KIDS 2018-2015)
- La quota NUOTO (750,00 +12,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde). Agli allenamenti BICI-CORSA bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

ESORDIENTI (nati nel 2014-2013)

Tecnico di riferimento: Veronica Grenti

OPZIONE 1: DUATHLON (BICI-CORSA)

CORSA: Lunedì h. 18.00-19.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

BICI: Venerdì h. 17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus

- L'attività inizia dal 4 settembre 2023 e prosegue fino a luglio 2024. Eventuali allenamenti estivi sono compresi nella quota.
- Quota: 390,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde). Agli allenamenti bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: TRIATHLON

CORSA: Lunedì h. 18.00-19.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

BICI: Venerdì h. 17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus

NUOTO: Martedì h. 17.00-18.30 e Giovedì 18.45-20.30 c/o Piscina E.Negri.

- L'attività inizia dal 4 settembre e prosegue fino a luglio 2024. Eventuali allenamenti estivi BICI-CORSA sono compresi nella quota.
- Quota: 300,00 euro + 750,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (300,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento . La quota NUOTO (750,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde). Agli allenamenti BICI-CORSA bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

RAGAZZI (nati nel 2012-2011)

Tecnico: Giovanni Fiore

OPZIONE 1: DUATHLON (BICI-CORSA)

CORSA: Lunedì h. 18.00-19.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

BICI: Giovedì h.17,30-19.00c/o Pista Atletica Campus

- L'attività inizia dal 4 settembre 2023 e prosegue fino a luglio 2024. Eventuali allenamenti estivi sono compresi nella quota.
- Quota: 390,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima

OPZIONE 2: TRIATHLON

CORSA: Lunedì h. 18.00-19.30 /o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

BICI: Giovedì h. 17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus

NUOTO: Martedì h. 18.30-20.30 , Mercoledì h. 17.00-18.45 , Venerdì h. 17.00-18.45 c/o Piscina E.Negri.

- L'attività inizia dal 4 settembre 2023 e prosegue fino a luglio 2024. Eventuali allenamenti estivi BICI-CORSA sono compresi nella quota.
- Quota: 300,00 euro + 780,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (300,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ . La quota NUOTO (780,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

YOUTH A (nati nel 2010-2009)

Tecnico di riferimento: Alberto Giampietri

OPZIONE 1: DUATHLON (BICI-CORSA)

CORSA: Martedì 17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus

BICI-CORSA: Giovedì h.17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus

BICI: Sabato h.14.30-16.00 c/o Pista Atletica Campus

- L'attività inizia dal 3 ottobre e prosegue fino al 30 settembre 2024.
- Quota: 460,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima

OPZIONE 2: TRIATHLON

CORSA: Martedì 17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus

BICI-CORSA: Giovedì h.17.30-19.00 c/o Pista Atletica Campus

BICI: Sabato h.14.30-16.00 c/o Pista Atletica Campus

NUOTO: Lunedì, Mercoledì, Venerdì h. 14.30-17.00 c/o Piscina E.Negri.

- L'attività inizia dal 4 settembre e prosegue fino al 30 settembre 2024.
- Quota: 340,00 euro + 780,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (340,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ . La quota NUOTO (780,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

YOUTH B / JUNIOR (nati nel 2008-2005)

Tecnico di riferimento: Alberto Giampietri

OPZIONE 1: DUATHLON (BICI-CORSA)

CORSA: Martedì 15.00-17:00 e Sabato 14.30-16.30 c/o Pista Atletica Campus

BICI: Giovedì 14.30-17.00 e a volte Domenica mattina c/o Pista Atletica Campus o altro ritrovo

- L'attività inizia dal 4 ottobre e prosegue fino al 30 settembre 2024. Quota: 460,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima

OPZIONE 2: TRIATHLON

CORSA: Martedì 15.00-17:00 e Sabato 14.30-16.30 c/o Pista Atletica Campus

BICI: Giovedì 14.30-17.00 e a volte Domenica mattina c/o Pista Atletica Campus o altro ritrovo

NUOTO: Lunedì, Mercoledì, Venerdì h. 14.30-17.00 c/o Piscina E.Negri.

- L'attività inizia dal 4 settembre 2023 e prosegue fino al 30 settembre 2024
- Quota: 340,00 euro + 780,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (340,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ . La quota NUOTO (780,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

U23 / Universitari (nati nel 2003 e prec.)

Tecnico: Luca Dodi

OPZIONE 1: DUATHLON (BICI-CORSA)

CORSA: Da definire

BICI: Da definire

- L'attività inizia dal 4 ottobre e prosegue fino all'ultima gara in calendario (indicativamente settembre 2023)
- Quota: 450,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima

OPZIONE 2: TRIATHLON

CORSA: Da definire

BICI: Da definire

NUOTO: Lunedì, Mercoledì, Venerdì h. 13.00-14.30 c/o Piscina E.Negri.

- L'attività inizia dal 4 ottobre e prosegue fino all'ultima gara in calendario (indicativamente settembre 2023).
- Quota: 340,00 euro + 545,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (340,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/ . La quota NUOTO (545,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri.
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

Paratriathlon (giovanili e assoluti)

La sezione paratriathlon del CUS PARMA TRIATHLON nasce nel 2016 grazie alla collaborazione tra CUS PARMA, Comune di Parma, Università di Parma e AUSL. Fondazione Cariparma e Parmalat hanno contribuito dal punto di vista finanziario a sostenere la sezione paratriathlon creando il progetto “Nessuna riserva” che consente ai portatori di disabilità fisiche e mentali di praticare il triathlon con agevolazioni economiche sotto l’attenta supervisione di tecnici qualificati e istruttori di supporto.

Per info: triathlon@cusparma.it

CUS PARMA SHOP

c/o PalaCampus
Lun-Ven 15.30-19

Presso il CUS PARMA SHOP si può acquistare tutto il materiale necessario per praticare triathlon e duathlon marchiato CUS PARMA e non solo!

Passa a trovarci!