

## KARATE

## Stagione Agonistica 2022/2023

**Per entrare a far parte della Polisportiva Circolo Lavoratori Terni è necessario pagare la quota associativa CLT**

Quota associativa per i dipendenti AST: 30.00 € anno

Quota associativa per i NON dipendenti AST: 50.00 € anno

**La tessera socio è valida per tutto il nucleo familiare dal 1° settembre 2022 al 31 agosto 2023**

### **Quota Iscrizione KARATE Polisportiva CLT**

**€ 30** anno tutte le categorie (La quota è comprensiva di tessera personale dell'EPS CSAIn, la tessera è scaricabile tramite l'APP "CSAIN TESSERA" per IOS ed ANDROID e tessera personale FIJLKAM Federazione Italiani Judo, Lotta, Karate e Arti Marziali)

### **Quote Mensili (quote fisse ed invariabili)**

**42 €** mese per i nati dal 2018 al 2011 due volte a settimana (4-11 anni)

**52 €** mese per i nati dal 2010 in poi due volte a settimana (dai 12 anni)

**36 €** mese per i nati dal 2016 al 2018 una volta a settimana (4-6 anni)

### **Modalità di pagamento:**

Il pagamento delle quote è vincolante, **fatte salve interruzioni per fratture radiologicamente accertate e/o di ricovero**, per tutti i mesi della stagione sportiva (Settembre – Giugno), da saldare entro il gg 10 del mese

*Coloro che hanno aderito, entro il 30 giugno 2022, alla Campagna Promozionale per la stagione 22/23, non dovranno sostenere il pagamento della mensilità di giugno 2023.*

Il CLT riconosce a chi **abbia due figli iscritti alla Polisportiva CLT uno sconto pari a € 10**

### **Kit Abbigliamento Tecnico Karate + Kit di Rappresentanza (OBBLIGATORIO)**

Karategi leggeri (obbligatorio 4-11 anni)

| MISURA* | 000 | 00  | 0   | 1   | 2   | 2- 1/2 | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|--------|-----|-----|-----|-----|-----|
| CM      | 110 | 120 | 130 | 140 | 150 | 155    | 160 | 170 | 180 | 190 | 200 |
| PREZZO  | 34€ | 34€ | 34€ | 34€ | 42€ | 42€    | 52€ | 52€ | 52€ | 57€ | 57€ |

Karategi agonisti kumite (obbligatorio +12 anni)

| MISURA* | 1   | 2   | 2 - 1/2 | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
|---------|-----|-----|---------|-----|-----|-----|-----|-----|
| CM      | 140 | 150 | 155     | 160 | 170 | 180 | 190 | 200 |
| PREZZO  | 92€ | 92€ | 92€     | 92€ | 92€ | 92€ | 92€ | 92€ |

€25 Guantini (richiesti a tutti dai 5 anni)

| TAGLIA | S       | M       | L      | XL            | COLORI      |
|--------|---------|---------|--------|---------------|-------------|
|        | Bambini | Ragazzi | Adulti | Adulti +180cm | ROSSO O BLU |

€35 Paratibie (richieste a tutti dai 7 anni)

| TAGLIA* | XS         | S          | M          | L          | XL      | COLORI      |
|---------|------------|------------|------------|------------|---------|-------------|
|         | 130-145 CM | 145-160 CM | 160-170 CM | 170-180 CM | +180 CM | ROSSO O BLU |

€25 Corpetto protettivo (consigliato dai 7, obbligatorio +12 anni)

| TAGLIA | S       | M       | L      | XL                 |
|--------|---------|---------|--------|--------------------|
|        | Bambini | Ragazzi | Adulti | Adulti oltre 75kg. |

€4 Paradenti (consigliato dai 7 agli 11 anni / obbligatorio +12 anni)

Polisportiva Dilettantistica Circolo Lavoratori Terni S.r.l.

Via L. A. Muratori, 3 – 05100 Terni

Tel. 0744.407545

Fax 0744.59436

P. Iva e Cod. Fisc. 00735930554

E-mail: segreteria.clt@acciaiterni.it

www.circololavoratoriterni.it

**Kit di abbigliamento sociale (obbligatorio per chi non già in possesso)**

**È obbligatorio effettuare l'allenamento e le gare con la divisa del CLT**

**€82** (tuta di rappresentanza, t-shirt, polo, bermuda, zaino)

Il pagamento deve essere effettuato alla segreteria CLT che rilascia ricevuta con la quale poi ritirare i kit presso 2 Esse Sport, Viale Cesare Battisti 171

**Inizio attività 1 Settembre 2022**

Nati dal 2018 al 2016: Martedì e Giovedì dalle 17:00 alle 17:50

Nati dal 2015 al 2011: Martedì e Giovedì dalle 18:00 alle 19:00

Nati dal 2010 in poi Martedì e Giovedì dalle 19:00 alle 20:30

**Open Day:** Giovedì 8 settembre 2022

**Prova gratuita su appuntamento,** Ilaria Agostini 347 2995771

**Descrizione corsi**

**Gioco sport-Karate Kids Dedicato (4-6 anni)**

Un corso incentrato sullo sviluppo psico-motorio del bambino attraverso l'attività ludica, il karate verrà proposto con un approccio giocoso.

**Functional Karate (7-11 anni)**

Questo corso sarà incentrato sullo sviluppo delle abilità motorie e sullo studio dei fondamentali della disciplina.

Focus sulla preparazione all'agonismo sia dal punto di vista atletico che psicologico

**Karate agonistico ed amatoriale (dai 12 anni)**

Un corso incentrato sulla preparazione fisica e le specialità del karate, tuttavia il corso non sarà incentrato solo sull'agonismo ma avrà anche il fine di sviluppare una maggiore conoscenza personale ed un accrescimento della propria auto efficacia ed autodifesa.

Per questo corso vengono proposte delle sedute di allenamento aggiuntive, da svolgersi 2 sabati al mese.

**Visita medica per certificato idoneità agonistica**

Da presentare al momento dell'iscrizione o alla scadenza per certificati in corso di validità.

Per gli atleti dai 12 anni compiuti in poi è obbligatoria la visita medica per idoneità sportiva agonistica.

**Calendario gare**

Il calendario delle gare verrà comunicato secondo le pubblicazioni ufficiali della FIJLKAM e della CSAIN

**Sede dei corsi**

Settembre, Maggio e Giugno: Tensostruttura Parco CLT - da Ottobre ad Aprile palestra Piscina CLT

Tutti gli iscritti alla sezione sportiva, devono compilare e sottoscrivere il modulo sulla privacy che autorizza il CLT alla pubblicazione e/o diffusione delle immagini e dei video sui propri canali social o a mezzo stampa.

L'attività si svolgerà secondo l'applicazione delle normative vigenti anti Covid-19

Regolamento e Codice Etico Polisportiva CLT su <http://www.circololavoratoriterni.it>

**Responsabile Sezione Karate:** Ilaria Agostini 347 2995771

**Responsabile attività giovanile e specialità KATA:** Clio Rozzi

**Responsabile attività agonistica e specialità KUMITE:** Ilaria Agostini

Polisportiva Dilettantistica Circolo Lavoratori Terni S.r.l.

Via L. A. Muratori, 3 – 05100 Terni

Tel. 0744.407545

Fax 0744.59436

P. Iva e Cod. Fisc. 00735930554

E-mail: [segreteria.clt@acciaiterni.it](mailto:segreteria.clt@acciaiterni.it)

[www.circololavoratoriterni.it](http://www.circololavoratoriterni.it)