



Associazione Sportiva Dilettantistica

## SOCIETÀ SPORTIVA FORNESE

Via Venezia, 10  
33024 Forni di Sopra (UD)  
CF e PI 01483950307  
[www.sportiva.fornidi sopra.org](http://www.sportiva.fornidi sopra.org)  
E-mail: [segretario.sportiva@fornidisopra.org](mailto:segretario.sportiva@fornidisopra.org)

Ai genitori dei bambini/ragazzi nati dal 2014 al 2017

### SCI NORDICO (fondo)

### PROGRAMMA AGONISTICO BABY - CUCCIOLI (nati dal 2014 al 2017)

Stagione 2025/2026

La Società Sportiva Fornese organizza, per i bambini nati dal 2014 al 2017 (Baby - Cuccioli), un corso di sci nordico "agonistico". Lo scopo è di avvicinare i bambini, in maniera **graduale**, al mondo dello sport agonistico inteso in ampiezza come un luogo di socializzazione, dove mettersi alla prova e imparare a raggiungere i propri obiettivi. Per tale ragione i carichi di lavoro saranno differenziati in modo da ottimizzare le fasi di apprendimento, gioco, allenamento e gara in funzione delle disparate esigenze:

#### OBIETTIVI:

- miglioramento delle capacità tecniche specifiche apprese negli anni precedenti
- apprendimento nuove capacità tecniche specifiche
- allenamento capacità motorie generali
- crescita personale (autonomia, relazione, squadra...)
- gare e trasferte

#### METODO:

- lavori su tre macro-aspetti specifici: equilibrio, spinta coordinazione
- esercizi motori generici con e senza sci
- gioco, campo aperto, scoperta guidata...

Maestri di riferimento

Asia Patini

Luca Cappellari

Responsabile corso

Luca Cappellari

tel. 3342847936

Le comunicazioni dei Maestri/Allenatori con le famiglie avverranno tramite gruppi WA

Weekend dell'Immacolata	meteo permettendo	A secco o con gli sci
Dicembre giorni feriali	Un pomeriggio a settimana	A secco o con gli sci
Weekend prenatalizi	2 ore al giorno	A secco o con gli sci
Weekend precedente le vacanze natalizie	Ogni giorno	A Forni o in trasferta in base all'innevamento
Periodo natalizio (tranne il 25 dicembre e il 1° gennaio)	2 ore al giorno	Alternando tecniche, intensità ed orari
dal 7 gennaio al termine della stagione invernale	Martedì pomeriggio Mercoledì/venerdì notturno Sabato	Progetto scuola-sci (martedì) allenamento in notturna
Vacanze Carnevale	2/3 giornate - 2 ore	Alternando tecniche, intensità ed orari
Domeniche	A Forni o in trasferta con accompagnamento alle gare	Allenamento o giornata intera in base alle necessità logistiche

Il costo del corso è di **€ 480**. Sconto di **€ 50,00** sul costo del corso per il secondo o terzo figlio (a favore del figlio minore) iscritti ai corsi organizzati dalla Società Sportiva Fornese.



Associazione Sportiva Dilettantistica

## SOCIETÀ SPORTIVA FORNESE

Via Venezia, 10  
33024 Forni di Sopra (UD)  
CF e PI 01483950307  
[www.sportiva.fornidi sopra.org](http://www.sportiva.fornidi sopra.org)  
E-mail: [segretario.sportiva@fornidisopra.org](mailto:segretario.sportiva@fornidisopra.org)

### Il costo del corso comprende:

- compenso allenatori,
- materiali,
- skipass pista fondo di Forni di Sopra,
- sciolinatura,
- iscrizioni alle gare del circuito FISI.

### Costi aggiuntivi:

- Tessera Sociale (obbligatoria)
  - 20 € fino a 10 anni NON compiuti
  - 25 € dai 10 anni compiuti
- Tesseramento F.I.S.I
  - 20 € fino ai 10 anni NON compiuti
  - 40 € dai 10 anni compiuti
- Quota furgone (carburante, autostrada) da definire in base alla località da raggiungere
- Eventuale ingresso a strutture sportive in caso di allenamenti dedicati

Per la partecipazione all'attività è richiesto il certificato medico di idoneità **non agonistica** (comprende elettrocardiogramma) rilasciato dal medico di base o dal pediatra di libera scelta.

Copia del certificato deve essere inviata a [ced.sportiva@fornidisopra.org](mailto:ced.sportiva@fornidisopra.org)

Il pagamento del corso, in unica soluzione, deve essere effettuato entro il 20 dicembre 2025 tramite bonifico bancario sul conto Modalità di pagamento: i pagamenti dovranno essere effettuati tramite bonifico bancario sul conto IT50W0863763860023000000611 intestato a SOCIETÀSPORTIVA FORNESE (N.B. senza spazio tra le parole società e sportiva) Prima Cassa Credito Cooperativo FVG

Si ricorda che per ragioni contabili, il pagamento delle tessere sociali e FISI, non può essere effettuato con lo stesso bonifico con cui si versano le quote relative alle attività; i pagamenti delle tessere sociali e FISI e delle attività **DEVONO essere effettuati con due bonifici distinti**