



TXINDOKI ATLETISMO ESKOLA



2023-2024 IKASTURTEA

HELBURUAK:

1. Atletismoa ezagutu eta praktikatu nahi duten Goierriko Infantil (2010-2011), Alebin (2012-2013) eta Benjamin (2014-2015) guztiei aukera ematea.
2. Ez da kirol federatua. Horregatik, Ikastetxeekin koordinatuko gara.
3. Atletismoaren bidez baloreetan hezitzen lagundu nahi diegu: Disziplina, konstantzia, adiskidetasuna, autoestima, talde lana...
4. Oinarrizko abileziak (korri, salto eta jaurti) eta oinarrizko gaitasun fisikoak (erresistentzia, abiadura, indarra eta malgutasuna) landu eta garatu.
5. Atletismoa osatzen duten disziplina desberdinak ezagutaraztea.
6. Atletismoak duen modalitate aniztasuna dela medio, **DENONTZAKO** kirol bat dela eta kirol gehienek oinarria dela ikustea

FUNTZIONAMENDUA:

- *TALDE TXIKITAN MODALITATE DESBERDINAK PROBATZEKO AUKERA EMANGO ZAIE.*
 - *FONDO*
 - *ABIADURA*
 - *HESIAK*
 - *LUZERA JAUZIA*
 - *ALTUERA*
 - *PERTIGA*
 - *JAURTIKETAK*



ENTRENAMENDUAK

BENJAMINAK (2014-2015)

-ASTEARTEA EDO OSTIRALA 17:00/18:00

ALEBINAK (2012-2013)

-ASTEARTEA/OSTEGUNA 17:00/18:00

INFANTILAK (2010-2011)

-ASTELEHENA/ASTEAZKENA/OSTIRALA 17:30/18:30

IZEN EMATEA:

<https://forms.gle/5t68Bvr9TnNGEiGq7>

Hasiera data irailak 11

KONPETIZIZIOAK:

- **KROSAK:** urritik otsaila arte gutxi gora-behera.

Krosetara joateko autobusa egongo da.

Itzezko zapatilak eskuratzea gomendatzen da.

- **PiSTA:** otsailetik ekaina arte

Froga desberdinak egin ditzatela gomendatuko zaie.

- **PLP:** urtean zehar

(Partaidetza Libreko Probak. Federazioak antolatuko dituen pistako frogetarako markak lortzeko balio dute)

KUOTAK ETA EKIPAZIOAK:

Infantilek 220€, alebinek 190€ eta benjaminek 100€-ko kuota ordainduko dute azaroan. Honekin:

- Aukera duten entrenamentuetan parte hartu dezakete
- Frogetara joateko autobusak ordaintzen dira.
- “Txindoki Atletismo Eskolako” ekipazioa emango zaie
- Krosetarako beharrezko dituzten iltzezko zapatilak lortzeko bi aukera daude:
 - Atleta bakoitzak bere ikastetxeari eskatu
 - Norberak bereak erosi



WEB ORRI INTERESGARRIAK

www.txindokiat.com

www.gafatletismo.com

Eskolarren eta federatuen proben informazioa eta emaitzak

KONTAKTUA

Txindoki Atletismo Eskola : txindokiateskola@gmail.com

615705306 Oihana

Txindoki Atletismo Taldea : txindokiat@gmail.com