



STAFFETTE PODISTICHE NON STOP

1987 FIRENZE - AMSTERDAM
1988 FIRENZE - REIMS
1989 FIRENZE - KASSEL
1994 FIRENZE - REIMS
2004 FIRENZE - REIMS
2017 FIRENZE - AMATRICE

GS Le Torri Podismo



VADEMECUM DEL TORRINO

Abbiamo pensato di fare una raccolta con tutte le informazioni utili per i Neo Torrini, ma anche utile promemoria per gli “anziani”.

Il Ritrovo

Il venerdì sera tutti i soci sono invitati dalle 21.00 a frequentare la nostra sede posta in via Lunga 157, al primo piano del Circolo Le Torri, zona Isolotto.

Durante queste serate ci scambiamo opinioni tecniche e non e possiamo conoscerci meglio. In occasione del venerdì sera è possibile consultare ed acquistare gli articoli del vestiario.

Le gare

Generalmente quasi ogni domenica c'è una gara in preiscrizione il cui elenco è aggiornato sul sito sociale <http://www.gsletorrifirenze.it/preiscrizioni.html>

La raccolta termina generalmente il venerdì precedente alla gara alle 21.00; in questo caso la società si occupa di inviare la richiesta di iscrizione, di anticipare il pagamento agli organizzatori e di ritirare i pettorali (ad eccezione di alcune gare quali Firenze Marathon e altre).

E' possibile per tutti i soci comunque usufruire di un “servizio” di richiesta di preiscrizioni per gruppi di almeno 3-4 atleti anche per altre gare non nel calendario Sociale: è possibile utilizzarlo indicando chi sarà il responsabile del gruppo che coordinerà ed eseguirà i pagamenti ed il ritiro dei pettorali; la società si occuperà in questo caso di inviare la richiesta di iscrizione agli organizzatori.

Gli Atleti

Alla pagina del sito sociale <http://www.gsletorrifirenze.it/inostriatleti.html> è possibile inserire la propria scheda anagrafica con foto, motto, motivazioni che ci spingono a correre e i nostri personal best.

Il concorso Torrino d'Onore e Torrino Atletico

Alla pagina del sito sociale <http://www.gsletorrifirenze.it/premio-onore.html> è possibile consultare il regolamento del doppio concorso cui ogni socio in regola con il tesseramento partecipa: in pratica il concorso Torrino d'Onore accumula punti per i soci che si impegnano nelle attività sociali e conviviali quali cene, volontariato durante le corse ecc, mentre il concorso Torrino Atletico accumula punti per i soci attivi nelle gare in preiscrizione.





STAFFETTE PODISTICHE NON STOP

1987 FIRENZE - AMSTERDAM
1988 FIRENZE - REIMS
1989 FIRENZE - KASSEL
1994 FIRENZE - REIMS
2004 FIRENZE - REIMS
2017 FIRENZE - AMATRICE

GS Le Torri Podismo



1976 - 2016

Allenamenti

Il mercoledì alle 19.00 chi è interessato può partecipare ad allenamenti tecnici di gruppo guidati dal socio Valerio Corsinovi (<http://www.gsletorrifirenze.it/download/corsinovi-valerio.pdf>). Gli allenamenti prevedono una piccola quota a carico del socio interessato e si svolgono al campo del Filarete.

Stesso luogo e stessa ora per il ritrovo gratuito del gruppo camminatori, con piacevoli uscite verso le colline di Marignolle.

E' sempre possibile altrimenti allenarsi gratuitamente in autonomia al Filarete il lunedì, mercoledì e venerdì dopo le ore 17, purché sia presente in campo qualcuno della Prosport od altra persona che abbia l'abilitazione ad usare il defibrillatore; il tutto sempre e comunque ricordando che siamo "ospiti", quindi facendo il possibile per non interferire con le altre attività in pista in corso.

Convenzioni

McDonalds: i soci che esibiranno la tessera sociale potranno usufruire del 10% di sconto nei punti di vendita Firenze Nenni e Firenze Baracca

Istituto di Medicina dello Sport

Medicina dello Sport Rete PAS

Decathlon: i soci comunicando il proprio n. di tessera Decathlon continueranno ad accumulare punti per se stessi incrementando anche i punti della tessera sociale, cosa che permette alla società di poter usufruire di quote agevolate nell'acquisto di materiale sportivo per le proprie gare o per il regalo sociale che ogni anno viene consegnato ai soci durante il pranzo sociale di gennaio.

Gite

Durante l'anno vengono organizzate di solito 2 gite:

a Rimini in occasione della Mezza Maratona che si corre a Maggio e in una località variabile in funzione di quella che è la gara prescelta (molto spesso in montagna)

Regali

E' possibile regalare a un amico un buono acquisto di materiale del vestiario sociale

Nella prossima pagina riportiamo per facilità uno schema riassuntivo con i rispettivi responsabili.





STAFFETTE PODISTICHE NON STOP

1987 FIRENZE - AMSTERDAM
1988 FIRENZE - REIMS
1989 FIRENZE - KASSEL
1994 FIRENZE - REIMS
2004 FIRENZE - REIMS
2017 FIRENZE - AMATRICE

GS Le Torri Podismo



VESTIARIO

Quando

venerdì sera

Chi

Simone Matteuzzi

Cosa si può fare

Acquistare il vestiario sociale

Associare tessera Decathlon

Regalare Buono acquisto

ISCRIZIONI GARE SU STRADA E TRAIL

Quando

Scadenza venerdì 21.00 per le preiscrizioni di gare nel calendario sociale

Scadenza mercoledì alle 21.00 per altre gare

Chi

Domenico Bitonti, Sahra Mohamed, Ilir Mangli

Gare extra calendario sociale: Gianni Gambetta

Cosa fare

Contattare i responsabili

ALLENAMENTI

Quando

Allenamento guidato Il Filarete: mercoledì ore 19.00-20.00

Allenamento camminatori: ritrovo mercoledì al Filarete ore 19.00

Allenamento libero Il Filarete: lunedì, mercoledì e venerdì dopo le ore 17 previo presenza personale

Prosport con Attestato Defibrillatore

Chi

Allenamento guidato: Simone Matteuzzi

Allenamento libero: Catia Ballotti

Cosa fare

Contattare i responsabili

CONCORSO TORRINO D'ONORE E ATLETICO E SCHEDE ATLETICHE

Quando

Concorso Torino: aggiornamento generalmente almeno una volta al mese sulla chat

Schede atletiche: sempre disponibile inserimento iniziale su sito

<http://www.gsletorrifirenze.it/inostriatleti.html>

Chi

Concorso Torino: Gianni Gambetta

Aggiornamento schede atletiche già inserite: Gianni Gambetta

Cosa fare

Concorso Torino: niente

Per primo inserimento schede atletica andare su sito e seguire modulo, per aggiornamenti contattare responsabile

