



EMPOLI TRIATHLON ASD

## SCHEDA INFORMATIVA PER I SOCI

Caro Socio,

L'Empoli triathlon ASD vi ringrazia per il vostro tesseramento.

Noi crediamo che la passione per lo sport e per il triathlon possa essere occasione di condivisione dei valori sportivi, come abbiamo indicato nel nostro Progetto Sportivo. Per questo la squadra può essere anche e soprattutto un team di amici e di persone che condividono insieme una passione in piena libertà. Per queste ragioni, e per facilitare la partecipazione dei soci alla vita della società, vi riportiamo alcune informazioni utili. Un'ultima cosa...

L'Empoli Triathlon ASD ed i suoi soci sono contrari ad ogni forma di Doping!

Buona lettura  
(Empoli Triathlon ASD)

### CONTATTI SOCIETARI:

mail: [empolitriathlon@gmail.com](mailto:empolitriathlon@gmail.com)

FB: Empoli triathlon

#### Il Consiglio Direttivo:

Presidente:

**Fausto Bulleri** (348.3413144) – *certificati medici, rapporti con Fitri, , supporto amministrativo,*

Vicepresidente:

**Andrea Marcuzzi** (339.7765808) – *Sponsor, rapporti con Altre società, Abbigliamento*

Resp. Tecnico:

**Fabio Ninci** (342.3609273) – *Responsabile Area Tecnica Age Group e Giovanile*

#### Altro personale tecnico di Supporto

La società mette a disposizione dei propri soci alcuni professionisti dello sport che sono figure obbligatorie per poter essere affiliati alla Fitri. Per ricevere informazioni su queste figure, sulle modalità di coinvolgimento, sui costi, ecc, contattaci. Tali figure sono:

dr. Paolo Miccinesi, Medico Sportivo

Il Tecnico Fitri della società è a disposizione per test specifici realizzati con personale sanitario e valutazioni funzionali, programmi di allenamento personalizzati, analisi e correzione della tecnica di nuoto, di pedalata, e di corsa.

Il medico sportivo della società è a disposizione per la visita di idoneità agonistica e per visite e consulenze medico-sportive a prezzi convenzionati per i tesserati Empoli Triathlon.

### GLI STEP PRINCIPALI PER I NUOVI TESSERATI

L'Empoli Triathlon è un'Associazione Sportiva Dilettantistica che ha nel Consiglio Direttivo l'organo principale di gestione societaria. Come socio, potrai partecipare alla vita sociale intervenendo alle Assemblee ordinarie e straordinarie, e partecipando ai vari allenamenti di gruppo ed a quelli specifici in programma. Dopo aver fatto la tessera, dovrai fare la visita agonistica, come meglio indicato sotto. Per partecipare alle gare, dovrai inoltre essere



EMPOLI TRIATHLON ASD

in possesso del Body sociale e dell'attrezzatura tecnica necessaria per il triathlon (muta, bici da corsa, scarpe da running, ecc.). Non esitare a chiedere informazioni se hai dubbi, siamo qui anche per questo!

### CERTIFICATO MEDICO AGONISTICO

Per potersi tesserare alla Fitri (federazione Italiana Triathlon) e poter svolgere gare di triathlon, è necessario un certificato Medico di Attività Agonistica per il Triathlon in corso di validità. Per ottenere tale certificato, è necessario prenotare una visita sportiva e sostenere alcuni esami. La visita sportiva può essere sostenuta a seguito di specifica richiesta da parte della società. L'Empoli triathlon ASD è a disposizione per qualsiasi dubbio o richiesta di informazioni a riguardo

### IL PROGETTO SPORTIVO

L'Empoli Triathlon ASD ha un Progetto Sportivo nel quale sono sintetizzati valori sociali, il contesto ed il territorio di riferimento, gli obiettivi sociali e lo spirito della squadra. Puoi richiedere copia del progetto sportivo alla società.

La società EMPOLI Triathlon asd ha attivi un Settore Giovanile (6-19 anni) ed un Settore Age Group (over 20). Chiedi informazioni per conoscere i servizi tecnici per l'anno in corso.

### TRASPARENZA E VITA SOCIALE

Per modulare al meglio l'attività del 2018 che deve essere discussa e deliberata nel prossimo Consiglio Direttivo, Vi chiediamo **pareri, suggerimenti e quant'altro** necessario per soddisfare al meglio le Vostre esigenze sportive.

Ritengo che l'Associazione dovrebbe approfondire le seguenti Aree (barrare una o più opzioni):

- Tecniche e Pianificazione dell'Allenamento per il Triathlon;
- l'Allenamento nel Nuoto;
- l'Allenamento nella Bici;
- l'Allenamento nella Corsa;
- Le Transizioni T1 (nuoto bici) e T2 (bici-corsa)
- Coinvolgere di più i soci nella vita sociale dell'Associazione;
- Fare più allenamenti di gruppo (uscite in bici di gruppo, ecc.)
- Altro (specificare): \_\_\_\_\_