



ASD

rep. iscr. RUNTS 35628

APS

fondata nel 1970

UNIONE SPORTIVA OVARO

via Caduti 2 maggio, 199

33025 – OVARO (Udine)

tel. 043367454

Fax 0433320219

c.f. 01974720300

unionesportivaovaro@yahoo.it

unionesportivaovaro@pec.it

www.unionesportivaovaro.it



CORSO E ATTIVITÀ DI TENNISTAVOLO

Grazie al supporto della Federazione Italiana di Tennistavolo e il sostegno di Sport e Salute, la società di Stato che promuove lo sport e i corretti stili di vita, l'Unione Sportiva Ovaro operante sul territorio fin dal 1970 con una molteplicità di proposte sportive, ricreative e sociali

organizza

*una attività di tennistavolo **aperta a tutti**.*

- **obiettivi:** diffusione e incremento di una facile pratica sportiva per uno stile di vita attivo con lo scopo ultimo di contrastare e prevenire e ridurre sedentarietà, obesità, fattori di rischio per la salute e isolamento sociale
- **a chi si rivolge:** a tutte le età con priorità agli over 65 e alle persone di ambo i sessi che ne hanno necessità per qualsiasi loro esigenza
- **periodo di svolgimento:** dal mese di agosto al mese di novembre 2023
- **giorni, orari e luogo di svolgimento:** presso la palestra delle scuole di Ovaro, nei giorni e con gli orari stabiliti dall'apposito calendario
- **abbigliamento richiesto:** comodo e adatto al movimento, scarpe con suola in gomma, tipo ginnastica
- **attrezzatura di gioco:** tavoli da gioco, transenne, racchette e palline sono offerte gratuitamente dalla FITeT. La racchetta sarà lasciata in omaggio a ogni partecipante
- **istruttori:** sarà presente un nostro istruttore per fornire le prime indicazioni essenziali (nozioni di base, regolamento di gioco, esercitazioni individuali, ecc.)
- **tesseramento:** tutti i partecipanti saranno tesserati con la FITeT per la copertura assicurativa
- **costi:** la partecipazione è gratuita. Per attestare la presenza in palestra è necessario scansionare con il proprio telefonino il codice QR presente nella struttura e procedere a una registrazione iniziale
- **certificazione medica:** è richiesta la certificazione medica di idoneità all'attività sportiva non agonistica che viene rilasciata dal proprio medico di base. L'eventuale costo della visita sarà rimborsato dall'Unione Sportiva Ovaro dietro presentazione della ricevuta rilasciata dal medico che ha rilasciato il certificato.
- **adesioni:** si ricevono presso gli incaricati dell'US Ovaro compilando la domanda di iscrizione. Rivolgersi a Mario Sopracase, Giorgio Frassinelli, Fabiano Mecchia. Possibile anche scaricare il modulo dal sito
- **informazioni:** presso la nostra sede, tel. 043367454

Ovaro, 1° agosto 2023



IL PRESIDENTE
(Andrea Straulino)

Andrea Straulino