

Roma, 15 dicembre 2015

Circolare n. 4 2015-2016

ALLENAMENTO A.M.I.S. Roma 2-5 gennaio 2016

PERIODO: Da sabato 02 gennaio a martedì 05 gennaio 2016.

Arrivo previsto nella mattina del 2 entro le ore 12:00. Partenza lunedì 5 dopo il torneo di fine corso.

ORGANIZZATORE: Il ritiro è organizzato dall'Associazione Italiana Master Scherma in collaborazione con la Federazione Italiana Scherma e il C.S. Roma e la Roma Fencing.

Quota di partecipazione € 80.00 intero periodo - € 25.00 singolo giorno - € 15.00 ½ giornata.

SEDE DELL'ALLENAMENTO

Palestra Club Scherma c/o Centro di Preparazione Olimpica Acqua Acetosa - Largo Giulio Onesti, 1 - Roma.
Palestra della Roma Fencing in Via Nicola Festa n. 65 – Zona Talenti Roma.

PROGRAMMA

C.S. ROMA Sabato 2 gennaio 2016	ore 12:00-13:00 accoglienza atleti; ore 14:30-15:00 riscaldamento ore 15:00-18:30 lezioni di scherma e ed assalti liberi
C.S. ROMA Domenica 3 gennaio 2016	ore 09:00-09:45 preparazione atletica; ore 09:45-13:00 lezioni di scherma e assalti liberi ore 15:00-15:30 riscaldamento; ore 15:30-18:30 lezioni di scherma e assalti liberi
ROMA FENCING Lunedì 4 gennaio 2016	ore 09:00-09:45 preparazione atletica; ore 09:45-13:00 lezioni di scherma e assalti liberi ore 15:00-15:30 riscaldamento; ore 15:30-18:30 lezioni di scherma e assalti liberi
ROMA FENCING Martedì 5 gennaio 2016	ore 09:00-09:45 preparazione atletica; ore 09:45-13:00 lezioni di scherma e assalti liberi ore 15:00-15:30 riscaldamento; ore 15:30 inizio torneo di fine corso

STAFF

M° Elvis Gregory – fioretto; *M° Roberto Amalfitano* – sciabola; *M° Francesco Taddei* – spada*Marco Giangiuliani* – Preparatore Atletico*Beatrice Taffelli* - Fisioterapista

RIFERIMENTI

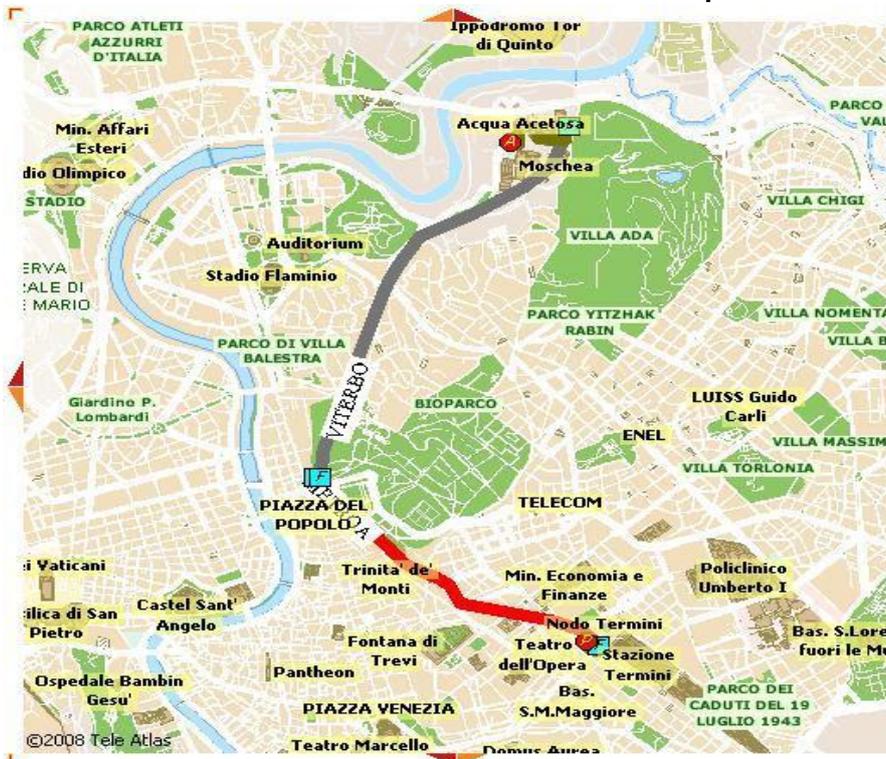
Maria Adelaide Marini – Vice Presidente AMIS cell. +39.339.5226926 Mail: maride.marini@gmail.com*Chiara Alfano* – Segreteria AMIS cell. 340.6795315 Mail: alfano.chiara@gmail.com

HOTEL CONSIGLIATI

Foresteria Acqua Acetosa - Largo Giulio Onesti, 1 - 00196 Roma - Tel. +39.06.3672.69137**Hotel Villa dei Giuochi Delfici** – Piazza dei Giuochi Delfici n. 15 – RomaTel. +39.06.367401 – E-mail: info@villaggiuochidelfici.com**Hotel Villa Maria Regina** - Via della Camilluccia 687 - RomaTel. +39.06.3629071 - Fax +39.06.36308225 – Email: info@villamariaregina.com**Hotel degli Aranci** - Via Barnaba Oriani, 11 - RomaTel. +39.06.8070202 - Fax +39 06 8070704 - E-mail: info@hoteldegliaranci.com

INFORMAZIONI LOGISTICHE

Percorso da Roma Termini al Centro di Preparazione Olimpica Acqua Acetosa

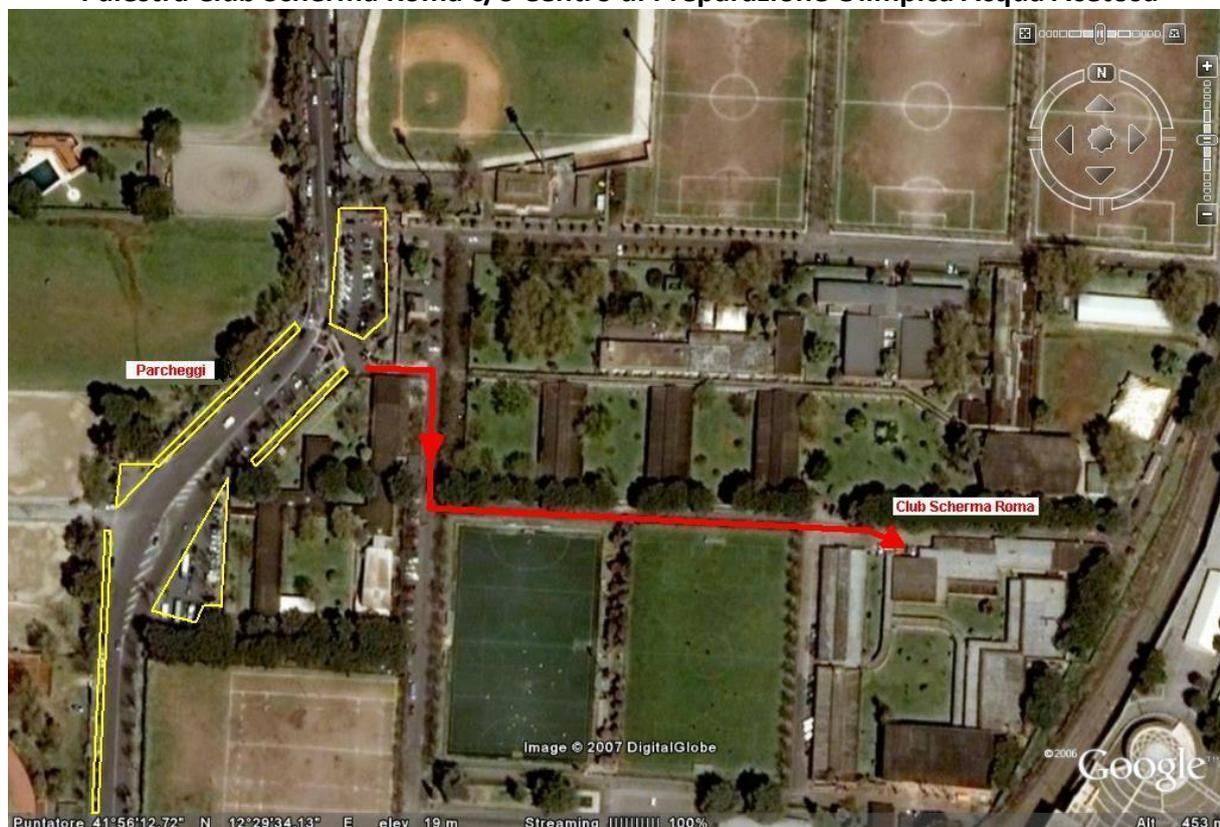


Calcola il ritorno
Modifica le opzioni
Calcolo Percorso
vedi: www.atac.roma.it

- 🚶 Partenza da roma piazza dei cinquecento , 1
- 🚶 A piedi per 150 metri
- 🚗 recarsi alla fermata Termini
- Prendere la linea **METROA (BATTISTINI)** per 4 fermate METROA ogni 3 min.
- 🚗 Scendere alla fermata Flaminio
- 🚶 A piedi per 100 metri
- 🚗 recarsi alla fermata Flaminio (Roma Viterbo)
- Prendere la linea **VITERBO (Montebello)** per 4 fermate o VITERBO (S. Oreste)VITERBO ogni 10 min.
- 🚗 Scendere alla fermata Monte Antenne
- 🚶 A piedi per 550 metri
- 🚗 fino all'arrivo roma largo giulio onesti , 1
- Metri percorsi 6700 metri

Il percorso suggerito non ti soddisfa? Clicca su modifica le opzioni e seleziona a seconda delle tue esigenze l'opzione 'con pochi tratti a piedi' o 'con pochi trasbordi'

Palestra Club Scherma Roma c/o Centro di Preparazione Olimpica Acqua Acetosa



La Roma Fencing è in via Nicola Festa 65 in zona Talenti raggiungibile con i seguenti mezzi pubblici:

Autobus/Metropolitana

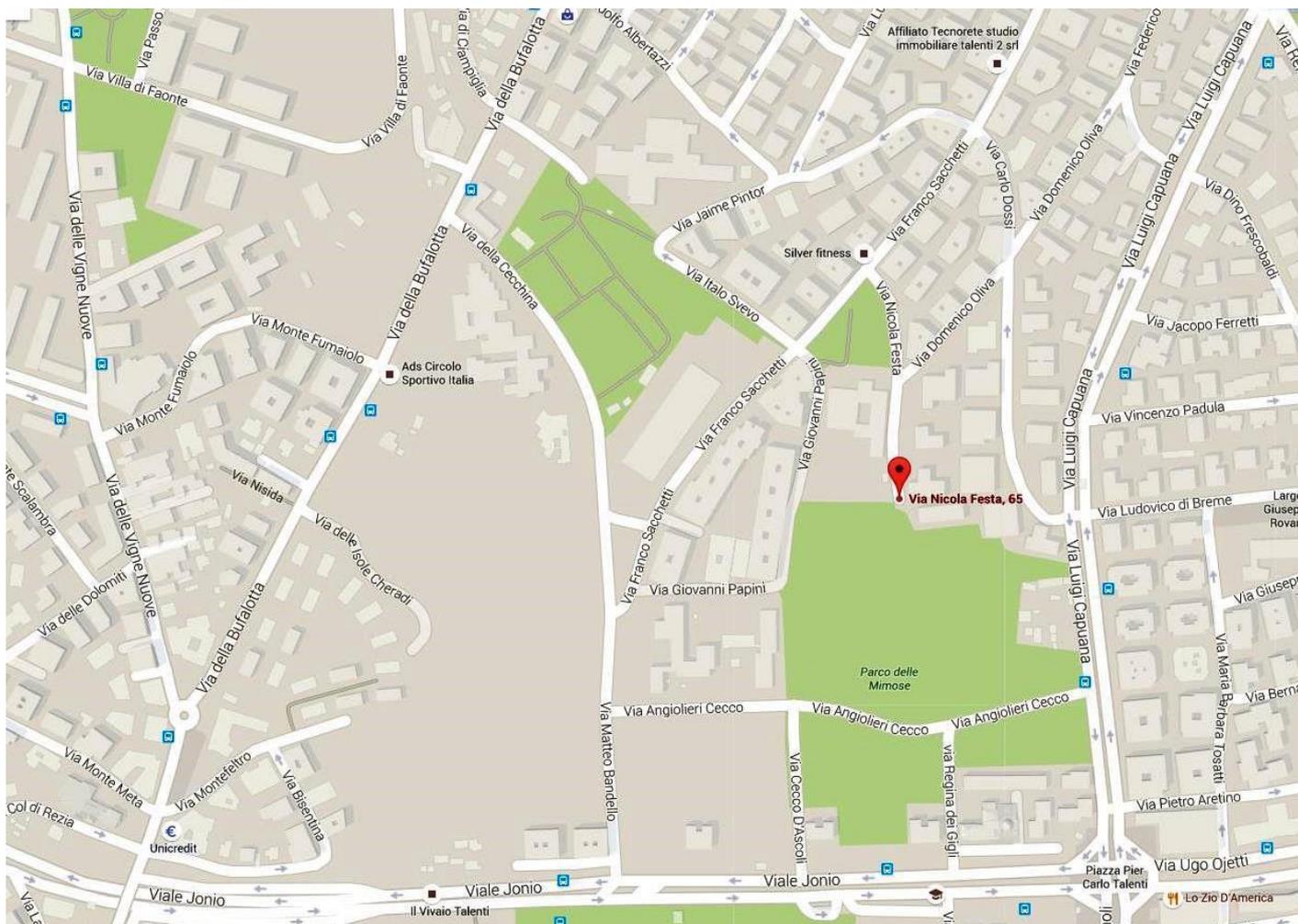
- **dalla Metro B1: 86**, ogni 12 minuti Da Conca d'Oro – scendere alla fermata BUFALOTTA/CECCHINA – A piedi per 500 metri
- **dalla Metro B: 341**(Temporanea) Montegiberto/Piagge – scendere alla fermata FUCINI /SACCHETTI- A piedi per 500 metri

Auto

- G.R.A. uscita Porta di Roma, Via di Settebagni, Via Bufalotta, Via Fucini, Via Sacchetti
- G.R.A. uscita Colle Salario, Viadotto Gronchi, Via Fucini, Via Sacchetti
- G.R.A. uscita Nomentana, Via Graf, Via Fucini, Via Sacchetti
- Da Roma Ovest o Sud – Tangenziale Est (uscita Conca D'oro) – Viale Tirreno – Viale Ionio – Via Matteo Bandello- Via Sacchetti
- Da Roma Sud – Tangenziale Est – Nomentana – Viale Adriatico – Via Bufalotta – Via Sacchetti

Parcheggiare l'auto

Via Nicola Festa è una strada che in alcuni momenti della giornata presenta notevoli difficoltà di parcheggio. In Via Cecco Angiolieri e Via della Cecchina è più probabile trovare posto, e la palestra si raggiunge a piedi con poche centinaia di metri.





Associazione Italiana Master Scherma



MODULO D'ISCRIZIONE
ALLENAMENTO A.M.I.S. – Roma 2-5 gennaio 2016

Cognome e Nome _____

nata/o il _____ a _____ Prov. _____ residente a _____

Prov. _____ in via/piazza _____ n° _____

Tel. / Cell. _____ indirizzo e-mail _____

tesserato alla FIS con la Società _____ o ad altra Federazione _____

Arma/i praticata/e FIORETTO SCIABOLA SPADA

**BARRARE LE GIORNATE D'ALLENAMENTO SCELTE E INVIARE IL MODULO ENTRO GIORNO 22/12/2015
ALL'INDIRIZZO MAIL alfano.chiara@gmail.com**

	Sabato 2 gennaio 2016	Domenica 3 gennaio 2016	Lunedì 4 gennaio 2016	Martedì 5 gennaio 2016
INTERA GIORNATA				
SOLO MATTINA				
SOLO POMERIGGIO				

In fede

_____, lì _____
