

## Programmi di massima settori/gruppi CAT Local stagione 2021-2022

Salto in alto			
Giorno e orario	Luogo	Contatti e info	
Di regola allenamenti quindicinali sabato 11.00-13.00	Inverno: Palestra Regazzi Estate: Pista esterna CST o stadio Biasca	Martino Rossetti Marco Balestreri	<a href="mailto:mrossetti@sunrise.ch">mrossetti@sunrise.ch</a> <a href="mailto:marco.balestreri@ticino.com">marco.balestreri@ticino.com</a>
Sprint e ostacoli			
Giorno e orario	Luogo	Contatti e info	
Di regola da 2 a 4 allenamenti al mese Mercoledì 18.15 -20.00	Inverno: Palestra Regazzi Estate: Tesserete	Loris Donati	<a href="mailto:400300@ticino.com">400300@ticino.com</a>
Salti in estensione (lungo e triplo)			
Giorno e orario	Luogo	Contatti e info	
Di regola allenamenti settimanali Inverno: sabato 11.00-13.00 Estivo: giovedì 18.30-20.00	Inverno: Palestra Regazzi Estate: Campo sportivo Riva San Vitale	Paola Bernaschina Claudio Piffaretti	<a href="mailto:paola99@bluewin.ch">paola99@bluewin.ch</a> <a href="mailto:claudio-alberto.piffaretti@ubs.com">claudio-alberto.piffaretti@ubs.com</a>
Salto con l'asta			
Giorno e orario	Luogo	Contatti e info	
Di regola allenamenti settimanali Inverno: giovedì 18.30-20.15 Estivo: giovedì 18.00-20.00	Inverno: Palestra Regazzi Estate: Stadio Ascona	Ivo Pisoni	<a href="mailto:ivo.pisoni@bluewin.ch">ivo.pisoni@bluewin.ch</a>

## Lanci

Giorno e orario	Luogo	Contatti e info	
Di regola 2-3 allenamenti mensili Lunedì 18.30-30.30 o Sabato (mattina o tutto il giorno)	Inverno: Palestra Regazzi Estate: CST	Sergio Previtali Cristina Pezzatti	<a href="mailto:sergio.previtali@gmail.com">sergio.previtali@gmail.com</a> <a href="mailto:cristina.pezzatti@ticino.com">cristina.pezzatti@ticino.com</a>

## Gare multiple

Giorno e orario	Luogo	Contatti e info	
Di regola allenamenti settimanali Lunedì 18.15-20.30 o Martedì 18.15-20.30 o Giovedì 18.15-20.30 o Venerdì 18.15-20.30 o Sabato 10.00-12.00-14-17.00	Inverno: Palestra Regazzi Estate: CST e Campo sportivo Ascona	Patrick Vetterli Martina Vetterli Paolo Della Santa Flavia Agustoni	<a href="mailto:vetterlipatrick@hotmail.com">vetterlipatrick@hotmail.com</a>

\*CiC (Coach to coach)

Per la presentazione dei contenuti di dettaglio consultare [www.centroatleticaticino.ch](http://www.centroatleticaticino.ch)

Agg: 30.11.2021. Passibile di modifiche in ogni momento.