PRESIDENTE: Marcello CESARETTI - TEL-FAX-06 / 30 81 87 47

Comunicazione Nr. 2/2004 del 13 marzo 2004
Allenamenti programmati

Il Gruppo Sportivo TurBike ha, tra gli altri scopi, quello di migliorare la forma psicofisica dei propri soci attraverso lo sport del ciclismo.

A tal fine ogni anno sportivo la Società organizza una serie di allenamenti sulle strade vicino alla capitale.

Gli allenamenti consistono in uscite di gruppo su percorsi prestabiliti che presentano delle difficoltà crescenti per salite e kilometraggi, in modo da portare gradatamente i soci ad uno stato di forma ottimale, sia per il proprio benessere sia per poter affrontare nel migliore dei modi la eventuale partecipazione a gare amatoriali, cicloraduni di medio fondo, granfondo e turistici.

Il miglioramento della forma sportiva, può essere controllato dai soci, attraverso le graduatorie che hanno il fine di monitorare tali miglioramenti, anche in rapporto alle prestazioni sportive degli altri soci.

Verranno inoltre formati dei gruppi omogenei per capacità e potenzialità in modo da che possa esserci un aiuto reciproco nel conseguimento di questo obiettivo.

Questa attività verrà svolta in forma ludica e ricreativa, lontana da spetti agonistici e competitivi di alcun genere.

I percorsi, anche se generalmente sono immersi nel verde, panoramici e fuori dai grandi centri urbani, sono sempre aperti al normale traffico stradale.

Si ricorda pertanto che ciascuno è tenuto, sotto la propria personale responsabilità, al rispetto delle prescrizioni del codice della strada.

Il Presidente
Marcello Cesaretti