

Attività integrative MFA 20/21

Come nelle precedenti stagioni, accanto alla normale frequenza della nostra scuola calcio e del settore giovanile, **è possibile aumentare le ore di attività calcistica e motoria** accedendo alle nostre attività integrative.

Le proposte hanno l'obiettivo di curare e perfezionare alcuni aspetti legati al nostro sport, al miglioramento delle prestazioni fisiche e tecniche, oltre che, ovviamente ad aumentare le ore di divertimento e gioco all'interno delle strutture MFA.

Quest'anno avremo delle conferme e alcune novità per i ragazzi!

Nella seguente tabella trovate riassunte tutte le possibili attività e a chi si rivolgono.

Le attività sono ovviamente opzionali. Nel caso di sospensioni le lezioni o allenamenti non effettuati verranno recuperati o rimborsati (no costi fissi di tesseramento e gestione).

Terzo allenamento	Un allenamento in più, integrativo rispetto ai canonici due allenamenti delle nostre squadre. Una seduta aggiuntiva alla settimana, di squadra, con alcuni compagni e ragazzi di altre annate "limitrofe". Migliore la tecnica di base, le abilità e tutti gli aspetti che possono essere approfonditi maggiormente rispetto agli allenamenti con il proprio gruppo.	Tesserati FIGC Under 15 Under 14 Under 13 € 150 per l'intera stagione 20/21	Giovedì 16.00 – 17.30 Centro Sportivo Bettinelli Allenatore: Mattia Piatti Per iscrizioni inviare una richiesta a segreteria@milanofa.it
		Tesserati FIGC Under 12 Under 11 Under 10 Under 9 Under 8 Under 7 € 150 per l'intera stagione 20/21	Venerdì 17.00 – 18.30 Centro Sportivo Bettinelli Allenatore: Mattia Piatti, Davide Naro Per iscrizioni inviare una richiesta a segreteria@milanofa.it
Area atletica e coordinativa	Il progetto ha come obiettivo il potenziamento e lo sviluppo delle abilità coordinative, condizionali, atletiche e motorie dei nostri ragazzi oltre che la prevenzione di infortuni nei più grandi o problematiche posturali. L'idea è quella di offrire un prodotto di qualità grazie al rapporto numerico tra il	Aperto a tutti Rapporto 1:4 – 1:6 e gruppi divisi in base all'età. € 25/seduta (minimo n.4 sedute prenotabili)	Lunedì 17.00 – 18.00 Preparatore: Roberto Sartoris Per info e iscrizioni roberto.sartoris01@gmail.com
			Martedì

	preparatore e i partecipanti e dare un'attenzione maggiore rispetto a quello che si riesce a fare nelle normali sedute di allenamento.		16.15 – 17.15 Preparatore: Roberto Sartoris Per info e iscrizioni roberto.sartoris01@gmail.com
Freestyle Academy	Il calcio freestyle è una disciplina acrobatica e spettacolare che viene praticata con un pallone da calcio, uscendo fuori dagli schemi del verde rettangolo di gioco per diventare un mix tra arte e sport. Utilizzando il freestyle il corso ha l'obiettivo di migliorare la sensibilità con il pallone e il proprio corpo.	Aperto a tutti Dai 6 ai 12 anni Gruppi divisi in base all'età. € 100 (n.5 lezioni) € 200 (n.10 lezioni) € 300 (n.20 lezioni) € 350 (settembre/maggio) <i>il costo è comprensivo del kit dell'Academy di Kirill Mezenok</i>	Martedì 16.15 – 17.15 Centro Sportivo Bettinelli Freestyler: Kirill Mezenok Per iscrizione inviare una richiesta a info@kirillmezenok.com www.kirillmezenok.com
		Aperto a tutti Dai 6 ai 12 anni Gruppi divisi in base all'età. € 100 (n.5 lezioni) € 200 (n.10 lezioni) € 300 (n.20 lezioni) € 350 (settembre/maggio) <i>il costo è comprensivo del kit dell'Academy di Kirill Mezenok</i>	Venerdì 18.30 - 19.30 Centro Sportivo Bettinelli Freestyler: Kirill Mezenok Per iscrizione inviare una richiesta a info@kirillmezenok.com www.kirillmezenok.com

Milano Football Academy
375 516 6741 (17.00-19.00, lun-ven)
segreteria@milanofa.it
www.milanofootballacademy.it