



# Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA  
DIREZIONE CENTRALE PER GLI AFFARI GENERALI E LE POLITICHE DEL PERSONALE  
DELLA POLIZIA DI STATO  
Ufficio per i Gruppi sportivi della Polizia di Stato



## CENTRO SPORTIVO DELLA POLIZIA DI STATO "TOR DI QUINTO - ROMA"

☎ UFFICIO SPORTIVO FIAMME ORO : **0633226128**

@ : [fiammeorotdq@gmail.com](mailto:fiammeorotdq@gmail.com)



## PROGRAMMA ATTIVITA' SPORTIVE DELLA PALESTRA 2022-2023

Nella palestra saranno previste, per i Soci del Centro Sportivo e per gli ospiti, a partire dal **03 ottobre 2022**, nel rispetto del Protocollo emanato dalla Direzione del Centro Sportivo e dalle linee guida delle Federazioni Sportive Nazionali, le seguenti attività, per le quali è prevista una iscrizione annuale di € 20 (Comprensiva di Tesseramento Federale e assicurazione):

### SALA PESI

Lunedì, Mercoledì, Venerdì Orari: **08,30 - 20,30.**

Martedì e Giovedì Orari: **08,30 - 19,00.**

Sabato Orari: **08,30 - 13,00.**

**COSTO QUADRIMESTRALE**                      **SOCI :**            **100 €**  
**OSPITI :**            **140 €**

### LEZIONI INDIVIDUALI CON PERSONAL TRAINER

**Giorni e Orari:** da concordare col Settore Tecnico del G. S. Fiamme Oro (**Durata lezione: un'ora**)  
**Con prenotazione obbligatoria.**

**COSTO CARNET 10 LEZIONI**                      **SOCI :**            **160 €**  
**OSPITI :**            **260 €**

### CARNET INGRESSI PALESTRA

**COSTO CARNET 10 INGRESSI**                      **SOCI:**            **50 €**  
**OSPITI:**            **80 €**



# Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA  
DIREZIONE CENTRALE PER GLI AFFARI GENERALI E LE POLITICHE DEL PERSONALE  
DELLA POLIZIA DI STATO  
Ufficio per i Gruppi sportivi della Polizia di Stato

## **SALA PESI E NUOTO LIBERO**

Per l'attività di sala pesi e piscina valgono i regolamenti e gli orari previsti per le singole attività con una iscrizione annuale di € 20.

**COSTO QUADRIMESTRALE**                      **SOCI :**            **170 €**  
**OSPITI :**            **250 €**

## **SALA PESI E ACQUA GYM**

Per l'attività di sala pesi e acqua gym valgono i regolamenti e gli orari previsti per le singole attività con una iscrizione annuale di € 20.

**COSTO QUADRIMESTRALE**                      **SOCI :**            **200 €**  
**OSPITI :**            **270 €**

## **JUDO**

Iscrizione annuale € 20 (Tesseramento Federale e assicurazione).

**Martedì e Giovedì**                      Orari: **16:15 - 17:00 (Da 4 a 7 anni).**  
**17:00 - 18:00 (Da 8 a 10 anni).**  
**18:00 - 19:30 (Da 10 anni in su).**

(I turni sono da concordare con i tecnici del settore JUDO).

**COSTO QUADRIMESTRALE**                      **SOCI:**            **90 €**  
**OSPITI:**            **140 €**

Sarà obbligatorio per i frequentatori della **Sala Pesi**:

- Utilizzare gli spogliatoi solo per il tempo utile a cambiarsi.
- Non lasciare effetti personali all'interno dello spogliatoio.
- Utilizzare scarpe da ginnastica solo per la palestra.
- Sanificare gli attrezzi utilizzati con i materiali a disposizione.
- Munirsi di asciugamani e tappetini.

Tutte le attività saranno svolte da **istruttori qualificati**. Al momento dell'iscrizione, tutti i frequentatori dei corsi, dovranno essere muniti di **2 Foto Tessera** e del **Certificato Medico per attività sportiva non agonistica**.

Oltre alle attività elencate saranno organizzati specifici corsi, dei quali sarà comunicata l'organizzazione con lauto anticipo.

Nelle attività mattutine della palestra, dal **LUNEDI'** al **VENERDI'**, riguardanti soprattutto l'utilizzo del **TATAMI**, si comunica che saranno presenti alcuni istituti scolastici.



# Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA  
DIREZIONE CENTRALE PER GLI AFFARI GENERALI E LE POLITICHE DEL PERSONALE  
DELLA POLIZIA DI STATO  
Ufficio per i Gruppi sportivi della Polizia di Stato

## **AGONISTICA GRUPPI SPORTIVI FIAMME ORO**

Verranno svolte presso il Centro Sportivo della Polizia di Stato le consuete attività svolte dalle sezioni giovanili agonistiche dei **Gruppi sportivi FIAMME ORO** per le discipline della **SCHERMA** (Specialità: Spada) e del **KARATE** (Specialità: Kumite).

**Potranno partecipare al Settore Giovanile gli atleti giudicati idonei dopo una verifica da parte del settore tecnico competente.**

### **SCHERMA**

L'iscrizione annuale è differenziata per età (€ 48 - € 35) comprensiva di tesseramento Federale e assicurazione.

**Dal Lunedì al Venerdì**

Orari: **15,00 - 20,30.**

**Sabato**

Orari: **08,00 - 14,00.**

Il costo del settore "AGONISTICO SCHERMA", differenziato tra Soci e Ospiti, sarà concordato con i Responsabili della scherma del Gruppo Sportivo Fiamme Oro.

### **KARATE**

Iscrizione annuale € 20 (Tesseramento Federale e assicurazione).

**Lunedì, Mercoledì e Venerdì**

Orari: **16:00 - 18:30.**

**(I turni sono da concordare con i tecnici del settore KARATE)**

Il costo del settore "AGONISTICO KARATE", differenziato tra Soci e Ospiti, sarà concordato con i Responsabili del karate del Gruppo Sportivo Fiamme Oro.



# Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA  
DIREZIONE CENTRALE PER GLI AFFARI GENERALI E LE POLITICHE DEL PERSONALE  
DELLA POLIZIA DI STATO  
Ufficio per i Gruppi sportivi della Polizia di Stato



## CENTRO SPORTIVO DELLA POLIZIA DI STATO "TOR DI QUINTO - ROMA"

☎ UFFICIO SPORTIVO FIAMME ORO : **0633226128**

@ : [fiammeorotdq@gmail.com](mailto:fiammeorotdq@gmail.com)



## PROGRAMMA ATTIVITA' SPORTIVA TIRO CON L'ARCO 2022-2023

Nell'area esterna del Centro Sportivo sarà prevista, per i Soci del Centro Sportivo e per gli ospiti, a partire dal **03 ottobre 2022**, nel rispetto del Protocollo emanato dalla Direzione del Centro Sportivo e dalle linee guida delle Federazioni Sportive Nazionali, la seguente attività:

### CORSO DI TIRO CON L'ARCO

**Struttura corso:** - il corso si compone di una **parte teorica** e di una **parte pratica**;  
- per l'intera durata del corso, tutti gli allievi saranno seguiti da Tecnici Federali;  
- i materiali necessari (**Arco scuola, frecce e faretra**) saranno messi a disposizione dal Settore Tiro con Arco del Gruppo Sportivo Fiamme Oro

**Giorni e Orari:** sono soggetti alla disponibilità dei Tecnici e potrebbero pertanto differire da quanto sotto indicato

**Martedì e Giovedì**

Orari: **15,30 - 16,30.**  
**16,30 - 17,30.**

**COSTO (10 LEZIONI DA 1 ORA)**  
**comprensivo di quota d'iscrizione**

**SOCI : 110 €**  
**OSPITI : 140 €**

**Iscrizione:** recarsi presso la Segreteria Fiamme Oro del Centro Sportivo della Polizia di Stato di Tor di Quinto muniti di **2 Foto Tessera** e di **Certificato Medico per attività sportiva non agonistica da presentare in originale e recante la dicitura "per Tiro con l'Arco"**;

**Pagamento:** presso la Segreteria Fiamme Oro oppure tramite bonifico:

**BANCA POPOLARE DI MILANO**

**IBAN: IT67R0503411701000000003013**

**BENEFICIARIO: FONDO ASSISTENZA PERSONALE DELLA POLIZIA DI STATO GRUPPI SPORTIVI FIAMME ORO.**

**CAUSALE:** Cognome e Nome dell'iscritto - socio o ospite, TCA, M1 o M2.

Al termine del corso, si consiglia, per chi volesse, di valutare l'acquisto dell'attrezzatura necessaria alla pratica del tiro con l'arco, insieme ai Tecnici Fiamme Oro che sapranno suggerire quale materiale far acquistare, in base alla tipologia di arco che l'allievo predilige e alle sue caratteristiche fisiche.



# *Ministero dell'Interno*

**DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA**  
DIREZIONE CENTRALE PER GLI AFFARI GENERALI E LE POLITICHE DEL PERSONALE  
DELLA POLIZIA DI STATO  
Ufficio per i Gruppi sportivi della Polizia di Stato

## **TIRO CON L'ARCO "LIBERO"**

Al completamento del corso base, qualora l'allievo decida di proseguire a praticare il tiro con l'arco, sarà possibile frequentare liberamente l'impianto concordando i giorni e gli orari delle sedute di allenamento con la Segreteria Fiamme Oro del Centro Sportivo della Polizia di Stato di Tor di Quinto.  
**Con prenotazione obbligatoria.**

<b>COSTO ANNUALE</b>	<b>SOCI :</b>	<b>250 €</b>
<b>(escluso tesseramento FITARCO)</b>	<b>OSPITI :</b>	<b>280 €</b>

Si consiglia, al termine del corso, la presenza dei Tecnici Fiamme Oro al momento dell'acquisto dell'attrezzatura necessaria, che consiglieranno quale materiale far acquistare all'allievo, in base alla tipologia di arco che l'allievo predilige e alle sue caratteristiche fisiche.



*Ministero dell'Interno*  
**DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA**  
DIREZIONE CENTRALE PER GLI AFFARI GENERALI E LE POLITICHE DEL PERSONALE  
DELLA POLIZIA DI STATO  
Servizio Assistenza ed Attività Sociali  
Centro Sportivo della Polizia di Stato "Tor di Quinto"

Secretaria Soci  
provvedere mail  
MOD. 4 P.S.C.  
per tutti i soci  
4/10/22

INIZIO  
CORSO  
11/10/22  
[Signature]

TdQ/L/15/270

Roma, 03/10/2022

OGGETTO: Stagione 2022/2023 – Attività Centro Sportivo  
Corso Pilates.

AL FONDO DI ASSISTENZA PER IL PERSONALE DELLA POLIZIA DI STATO

ROMA

Come già avviene da diverse stagioni, il Centro Sportivo offre agli utenti la possibilità di fruire del corso di *Pilates*.

La sopracitata attività, che si svolge nella palestra ubicata al II piano della struttura, prevede il pagamento della quota di iscrizione di € 30,00 per fini assicurativi ed il rilascio di un tesserino sul quale verrà indicata la tipologia di frequentazione, che verrà monitorata dal responsabile del corso, Assistente Capo Coordinatore della Polizia di Stato Giuseppe Chiodi.

Il corso potrà essere seguito con frequenza bisettimanale o mono settimanale a scelta dell'utente con le seguenti modalità:

- **corso bisettimanale** socio € 35,00 (mensile) € 120,00 (quadrimestrale);  
ospite € 55,00 (mensile) € 200,00 (quadrimestrale);
- **corso mono settimanale** socio € 20,00 (mensile) € 70,00 (quadrimestrale);  
ospite € 30,00 (mensile) € 110,00 (quadrimestrale);
- **martedì / giovedì** dalle 11.00 alle 12.00 Soci/Ospiti Centro Sportivo e Circolo Funzionari.

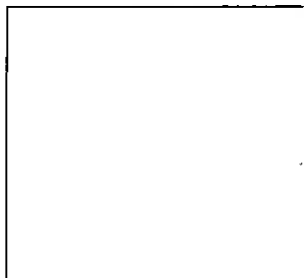
Per ogni frequentatore dovrà essere acquisita la seguente documentazione:

- modulo d'iscrizione (All.1);
- certificato medico;
- nr. 2 foto formato tessera.

NDP

IL DIRETTORE  
V.Q. della P. di S.  
Dr. Claudio **SERVIDIO**

# CENTRO SPORTIVO DELLA POLIZIA DI STATO "TOR DI QUINTO" (RM)



Foto

## DOMANDA D'ISCRIZIONE PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA

# PILATES

Cognome e Nome \_\_\_\_\_ Socio  N° Tess. \_\_\_\_\_

nato a \_\_\_\_\_ (Prov.) \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

domiciliato in \_\_\_\_\_ Via/Piazza \_\_\_\_\_ N° \_\_\_\_\_

abitazione \_\_\_\_ / \_\_\_\_ ufficio \_\_\_\_ / \_\_\_\_ cell. \_\_\_\_ / \_\_\_\_

mail \_\_\_\_\_ Scadenza Certificato medico \_\_\_\_\_  
*(Obbligatorio al momento dell'iscrizione)*

Ospite di \_\_\_\_\_ N° Tess. \_\_\_\_\_ Convenzione \_\_\_\_\_

**Chiede di frequentare il corso di Pilates:**

Quadrimestrale  Mensile  Mono settimanale  Bisettimanale

*martedì/giovedì*  11:00 – 12:00

## DICHIARA

1) di aver preso visione ed accettare il «Regolamento» del Centro Sportivo della P. di S. "Tor di Quinto" e di aver preso visione del Protocollo di Sicurezza Covid-19 del Centro Sportivo;

2) produce certificato medico per attività sportiva non agonistica.

Esonera il Centro Sportivo Tor di Quinto ed il personale operante da ogni responsabilità.

Roma, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Firma)

➤ -I dati riportati sono utilizzati nel rispetto della vigente normativa

Riservato all'Ufficio Segreteria Soci

DATA	Quadrimestre /Mese	IMPORTO	N. Ricevuta	DATA	Quadrimestre /Mese	IMPORTO	N. Ricevuta