



CUS PADOVA SEZIONE TENNISTAVOLO FREQUENTLY ASKED QUESTION (FAQ)

STAGIONE 2025/2026 VERSIONE 3
IN AGGIORNAMENTO
(verificare sempre eventuali aggiornamenti)

LA PIANIFICAZIONE DELLA SEZIONE SPORTIVA E' ANCORA IN CORSO.
PER INFORMAZIONI EMAIL: tennistavolo@cuspadova.it

**NOTE: ENGLISH TRANSLATION WILL BE AVAILABLE SOON AT THE
BOTTOM OF THIS FILE**

1. Quando comincia l'attività? Quando finisce?

Si inizia il giorno 22 settembre 2025. L'apertura della palestra segue il calendario normale delle festività scolastiche e terminerà normalmente ENTRO META' GIUGNO 2026

2. In quale palestra si faranno gli allenamenti?

Palestra SCUOLA STEFANINI (zona Voltabarozzo), via vecchia 1/N - Padova. Per chi viene in auto è possibile trovare parcheggio nel cortile della palestra.

3. Quali categorie di atlete/i sono possibili

Atlete ed atleti si allenano insieme. Orario unico per tutte le categorie. SOLO ATLETI OVER 18.

ATTENZIONE: CAUSA ASSEGNAZIONE DI UNA PALESTRA PIU' PICCOLA E NUMERO LIMITATO DI TAVOLI, QUEST'ANNO NON SARA' POSSIBILE ACCETTARE NUOVI ISCRITTI "PRINCIPIANTI" MA SOLO CHI HA UN MINIMO DI ESPERIENZA AGONISTICA. INOLTRE CAUSA LA MANCANZA DI SPAZIO IL NUMERO DI ISCRITTI SARA' LIMITATO. **OBBLIGATORIO CONTATTARE LA SEZIONE SPORTIVA (vedi email a fondo pagina) PRIMA DI EFFETTUARE E PAGARE L'ISCRIZIONE**

4. Come si svolgono gli allenamenti?

Gli allenamenti saranno condotti sotto la guida di tecnici federali FITET. Anche se possono esserci variazioni occasionali, tipicamente un allenamento comprende: una parte di riscaldamento, una parte tecnica (addestramento nei fondamentali, nei servizi, negli schemi di gioco ecc.), e una parte di gioco libero eventualmente senza la presenza dell'allenatore. NON E' PREVISTO L'UTILIZZO AUTONOMO DEI TAVOLI NE' IL LORO NOLEGGIO. Occasionalmente saranno organizzati tornei interni e/o con la partecipazione di esterni.

5. In che giorni e orari?

E' prevista di norma la possibilità di due allenamenti settimanali nelle serate di lunedì (20-22.30) martedì (20-22) giovedì (20-22) venerdì (21-23). **LA DISTRIBUZIONE NEI VARI ALLENAMENTI DOVRA' ESSERE CONCORDATA PREVENTIVAMENTE CON LA SEZIONE SPORTIVA**

6. Come ci si iscrive?

SENTIRE PREVENTIVAMENTE LA SEZIONE!

Si deve accedere al portale www.cuspadova.it/tesseramento e seguire le apposite istruzioni. Anche il pagamento della quota viene fatto (online) attraverso il portale. Il tesseramento prevede due fasi: prima l'associazione al CUS e la successiva l'iscrizione allo sport del tennistavolo. Il portale online vi guiderà nel percorso.

IL PAGAMENTO DI QUOTA "RIDOTTA" E' SOLO PER CASI PARTICOLARI - SENTIRE PREVENTIVAMENTE LA SEZIONE SPORTIVA

7. Da quando ci si potrà iscriverne?

Le iscrizioni sono possibili attraverso il portale www.cuspadova.it cliccando su "tesseramento" e seguendo le relative istruzioni.

ATTENZIONE: SI RIBADISCE E RACCOMANDA, PRIMA DI ISCRIVERSI, DI CONTATTARE LA SEZIONE PER VERIFICARE LA DISPONIBILITA' DI POSTI, I TURNI POSSIBILI, E QUANT'ALTRO. NON POSSIAMO RISPONDERE DI EVENTUALI PAGAMENTI FATTI IN ANTICIPO SENZA AVER AVUTO IL VIA LIBERA DELLA SEZIONE!

8. Quanto costa?

La quota totale annuale sarà di 290€ all'anno in totale quota intera (190€ quota ridotta per casi speciali). Coloro che non sono studenti e dipendenti UNIPD pagheranno anche 15€ per l'iscrizione al CUS Padova.

9. Chi si può iscriverne?

Il CUS nasce come centro sportivo universitario ma l'iscrizione è APERTA A TUTTI.

10. Che tipo di gare, tornei o competizioni saranno possibili?

Premesso che NON è obbligatorio partecipare a gare o partite (ci si può anche semplicemente allenare), la sezione sarà affiliata alla FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO DEL CONI (FITET) E AL CENTRO SPORTIVO ITALIANO (CSI).

Quest'anno abbiamo due squadre nella serie D2 (FITET) e due nella serie D3.

Atleti e atlete che lo desiderano potranno svolgere eventuali partite (a squadre) o tornei individuali che dovessero venire organizzati. **A CHI FA ATTIVITA' AGONISTICA FITET E/O**

CSI SARA' CHIESTO UN CONTRIBUTO per tesseramenti, organizzazione gare, e spese di palestra.

11. Ci saranno altri tornei magari amatoriali o promozionali?

Stiamo studiando iniziative promozionali per studenti e per under 18. Si prevede un torneo interno a Natale e i cosiddetti Ludi del Bo' (per gli studenti e dipendenti UNIPD)

12. Che certificato medico ci vuole per svolgere l'attività?

Fin dall'atto del tesseramento CUS è necessario AVERE UN CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO VALIDO. Non è possibile accedere alla palestra senza il certificato.

Di norma occorre un CERTIFICATO DI IDONEITA' PER ATTIVITA' SPORTIVA AGONISTICA. Il certificato si può ottenere da qualunque medico o centro medico specializzato. Il CUS ha alcune convenzioni (vedi sito) ma ciascuno dovrà trovare quelle convenienti.

Il certificato andrà anche caricato nel portale all'atto del tesseramento e consegnato poi in copia cartacea. NEL CASO DI SCADENZA ANDRA' TEMPESTIVAMENTE RINNOVATO.

Attenzione: si può anche usare un certificato per l'attività NON agonistica MA permette SOLO DI PARTECIPARE AGLI ALLENAMENTI E IN NESSUN CASO A GARE E COMPETIZIONI CSI O FITET.

13. Si può fare un allenamento di prova?

Sì, concordando in anticipo con la sezione il giorno e l'orario e presentando comunque un certificato medico valido e preiscrivendosi al CUS (pagamento 15€ per non universitari).

14. Dove si possono ottenere altre informazioni? Come è possibile contattare la sezione?

Potete inviare un'email a tennistavolo@cuspadova.it oppure un messaggio whatsapp al numero indicato nel portale CUS alla pagina del tennistavolo (NON chiamate al telefono).

15. Che materiale tecnico si usa e come ottenerlo?

Per gli allenamenti va usato **proprio materiale e vestiario** (racchetta, maglietta, pantaloncini, tuta, scarpe sportive adeguate, ecc.). Per le competizioni sarà fornita in prestito una maglietta ufficiale CUS (con l'opzione di acquistarne una propria per gli interessati a un prezzo agevolato).

La racchetta da ping pong è ovviamente indispensabile. E' necessario acquistarne una propria.

FAQ - ENGLISH VERSION

1. When does the activity start? When does it end?

It starts on September 22, 2025. The gym opening follows the normal school holiday calendar and will normally end BY MID-JUNE 2026.

2. In which gym will the training sessions take place?

STEFANINI SCHOOL GYM (Voltabarozzo area), via vecchia 1/N - Padua. For those coming by car, parking is available in the gym's courtyard.

3. What categories of athletes are possible?

Female and male athletes train together. Single schedule for all categories. ONLY ATHLETES OVER 18.

ATTENTION: DUE TO THE ASSIGNMENT OF A SMALLER GYM AND LIMITED NUMBER OF TABLES, THIS YEAR IT WILL NOT BE POSSIBLE TO ACCEPT NEW "BEGINNER" ENROLLMENTS BUT ONLY THOSE WITH SOME COMPETITIVE EXPERIENCE. ALSO, DUE TO LACK OF SPACE, THE NUMBER OF ENROLLMENTS WILL BE LIMITED.

IT IS MANDATORY TO CONTACT THE SPORTS SECTION (see email at the bottom of the page) BEFORE MAKING AND PAYING FOR THE REGISTRATION.

4. How are the training sessions conducted?

Training sessions will be conducted under the guidance of FITET federal coaches. Although there may be occasional variations, typically a training session includes: a warm-up part, a technical part (training in fundamentals, serves, game patterns, etc.), and a free play part, possibly without the presence of the coach. **AUTONOMOUS USE OF TABLES OR THEIR RENTAL IS NOT PROVIDED.**

Occasionally, internal tournaments and/or tournaments with external participation will be organized.

5. On which days and times?

Normally, there is the possibility of two weekly training sessions on Monday evenings (20-22.30), Tuesday (20-22), Thursday (20-22), Friday (21-23). **THE DISTRIBUTION IN THE VARIOUS TRAINING SESSIONS MUST BE AGREED IN ADVANCE WITH THE SPORTS SECTION.**

6. How do you register?

CONTACT THE SECTION IN ADVANCE!

Then, you must access the portal www.cuspadova.it/tesseramento and follow the appropriate instructions. The payment of the fee is also made (online) through the portal. The membership process involves two phases: first, the association with CUS and then the registration for the sport of table tennis. The online portal will guide you through the process.

THE PAYMENT OF A "REDUCED" FEE IS ONLY FOR SPECIAL CASES - CONTACT THE SPORTS SECTION IN ADVANCE.

7. When can you register?

Registrations are possible through the portal www.cuspadova.it by clicking on "tesseramento" and following the related instructions.

Here's the English translation of the text you provided:

ATTENTION: IT IS REITERATED AND RECOMMENDED THAT BEFORE REGISTERING, YOU CONTACT THE SECTION TO VERIFY THE AVAILABILITY OF SPOTS, POSSIBLE SHIFTS, AND ANYTHING ELSE. WE CANNOT BE RESPONSIBLE FOR ANY PAYMENTS MADE IN ADVANCE WITHOUT HAVING RECEIVED THE GO-AHEAD FROM THE SECTION!

8. How much does it cost?

Regular annual fee will be 290€ per year for the full fee (190€ reduced fee BUT ONLY for special cases). Those who are not UNIPD students and employees will also pay 15€ for CUS Padova membership.

9. Who can register?

CUS was born as a university sports center, but registration is OPEN TO EVERYONE.

10. What kind of matches, tournaments, or competitions will be possible?

While it is NOT mandatory to participate in matches or games (you can also simply train), the section will be affiliated with the ITALIAN TABLE TENNIS FEDERATION OF CONI (FITET) AND CENTRO SPORTIVO ITALIANO (CSI).

This year we have two teams in the D2 series (FITET) and two in the D3 series.

Athletes who wish to do so will be able to play any matches (team) or individual tournaments that may be organized. THOSE WHO PARTICIPATE IN FITET AND/OR CSI COMPETITIVE ACTIVITIES WILL BE ASKED FOR A CONTRIBUTION for memberships, match organization, and gym expenses.

11. Will there be other tournaments, perhaps amateur or promotional?

We are studying promotional initiatives for students and for under 18s. An internal tournament is planned for Christmas and the so-called Ludi del Bo' (for UNIPD students and employees).

12. What medical certificate is needed to carry out the activity?

From the moment of CUS membership, **it is necessary to HAVE A VALID SPORTS MEDICAL CERTIFICATE. It is not possible to access the gym without the certificate. Normally, a CERTIFICATE OF FITNESS FOR COMPETITIVE SPORTS ACTIVITY is required.** The certificate can be obtained from any doctor or specialized medical center. CUS has some agreements (see website) but everyone will have to find convenient ones. The certificate must also be uploaded to the portal at the time of membership and then delivered in hard copy. IN CASE OF EXPIRATION, IT MUST BE PROMPTLY RENEWED. Attention: you can also use a certificate for NON-competitive activity BUT it allows ONLY TO PARTICIPATE IN TRAINING AND IN NO CASE IN CSI OR FITET MATCHES AND COMPETITIONS.

13. Can you do a trial training session?

Yes, by agreeing in advance with the section on the day and time and still presenting a valid medical certificate and pre-registering with CUS (15€ payment for non-university students).

14. Where can you get more information? How is it possible to contact the section?

You can send an email to tennistavolo@cuspadova.it or a WhatsApp message to the number indicated on the CUS portal on the table tennis page (DO NOT call by phone).

15. What technical material is used and how to obtain it?

For training, your own material and clothing should be used (racket, t-shirt, shorts, tracksuit, suitable sports shoes, etc.). For competitions, an official CUS t-shirt will be provided on loan (with the option to purchase your own for those interested at a discounted price).

The ping pong racket is obviously essential. It is necessary to purchase your own.