

REGOLAMENTO GIOCOATLETICA ESORDIENTI 5

Viene proposto per la **Categoria Esordienti 5, (nati negli anni 2016, 2017, 2018) maschile e femminile**, (con concessione per i bambini di 5 anni compiuti, un percorso ludico e psicomotorio **senza** rilevazione cronometrica).

Il bambino, posizionato dietro a due cinesini posti a terra, dopo la partenza indicata verbalmente dal cronometrista, salterà n° 10 di cerchi posizionandosi al loro interno in maniera naturale ed a libera interpretazione.

Successivamente, vi saranno n° 12 cinesini o coni, da superare correndo a **“zig-zag”**.

Successivamente il bambino correrà fino alle n°3 palline da tennis e le lancerà una alla volta all'interno di un contenitore posizionato ad una distanza indicativa di 50 cm dal lancio.

(Se la singola stazione non viene eseguita correttamente non sono previste penalità).

Successivamente correrà in direzione del cinesino posizionato a terra, superandolo dal suo lato esterno, girando verso sinistra, al fine di saltare a proprio piacimento, n° 5 ostacolini alti 30 cm. **(Non sono previste sanzioni se cade uno o più ostacolini).**

Successivamente il bambino salterà a proprio piacimento la corda per un minimo di 5 volte. **(Complessivamente 5 salti utili, non necessariamente continuativi).**

Il bambino lascerà a terra la corda e correrà fino all'arrivo delimitato da due cinesini.

Premiazioni.

E' prevista una medaglia per tutti i Partecipanti.

Allegato 1

A fine attività la stazione rimarrà aperta e fruibile liberamente ma senza l'assistenza dell'Organizzazione.

REGOLAMENTO GIOCOATLETICA ESORDIENTI 8 all'interno del DUATHLON versione MALIGNANI

Viene proposto per la **Categoria Esordienti 8 (nati negli anni 2015-2014) maschile e femminile**, un percorso ludico e psicomotorio **con** rilevazione cronometrica.

Il bambino, posizionato dietro a due cinesini posti a terra, dopo la partenza indicata verbalmente dal cronometrista, salterà n° 12 di cerchi al loro interno, con entrambi gli arti, od in base alla loro posizione con un solo arto. **(Per ogni cerchio è previsto un solo arto).**

(La sequenza prevista è: solo piede sx, solo piede dx, due piedi, solo piede sx, solo piede dx, due piedi, solo piede dx, solo piede sx, due piedi).

Successivamente, vi saranno n° 12 cinesini o coni, da superare correndo a **“zig-zag”**.

Successivamente il bambino correrà fino alle n°3 palline da tennis e le lancerà una alla volta, all'interno di un contenitore posizionato ad una distanza indicativa di 100 cm dal lancio.

Se la pallina entrerà posizionandosi all'interno del secchio, il lancio verrà ritenuto VALIDO.

Se la pallina entrerà all' interno del secchio ma successivamente uscirà, il lancio verrà ritenuto VALIDO.

Se la pallina entrerà all' interno del secchio ma successivamente cadrà il secchio, il lancio verrà ritenuto NON VALIDO.

Per tutte le altre opzioni non descritte il lancio verrà ritenuto NON VALIDO.

Per ogni lancio ritenuto NON VALIDO, ci sarà una penalizzazione di 10” da sommare al tempo complessivo.

Successivamente correrà in direzione del cinesino posizionato a terra, superandolo dal suo lato esterno, girando verso sinistra, al fine di saltare a proprio piacimento, n° 5 ostacolini alti 30 cm. **(Non sono previste sanzioni se cade uno o più ostacolini).**

Il bambino successivamente dovrà saltare a proprio piacimento la corda per un minimo di 10 volte. **(Complessivamente 10 salti utili, non necessariamente continuativi).**

Il bambino lascerà a terra la corda e correrà fino all'arrivo delimitato da due cinesini.

Se una o più stazioni, all'interno del Percorso vengono volontariamente disattese per un beneficio in termini di tempo cronometrico, verranno addebitati 30 secondi al proprio tempo finale per ogni stazione in questione. **Se la singola stazione non viene eseguita correttamente non sono previsti addebiti di secondi.**

Premiazioni.

E' prevista una medaglia per tutti i partecipanti.

Allegato 2

Per qualsiasi chiarimento: Tino Cerchia 333.7683375

allegato 1

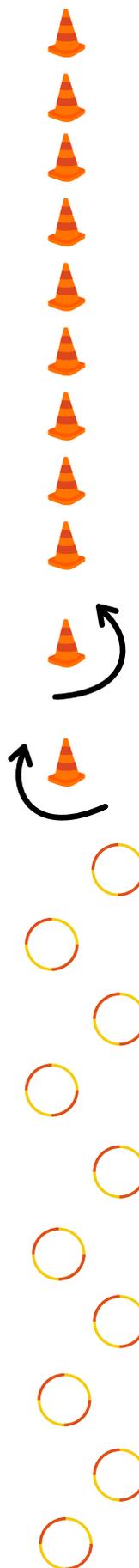


**LANCIO
3
PALLINE**

**5
OSTACOLI
30 CM**



**SLALOM
TRA
12
CONI**



**5 SALTI
CON
LA CORDA**



**BALZI
NEI 10
CERCHI**



ARRIVO



PARTENZA

allegato 2

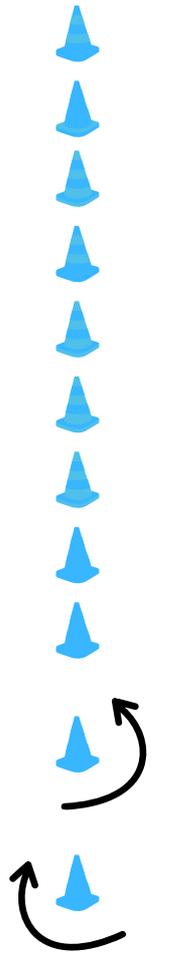


**LANCIO
3
PALLINE**

**5
OSTACOLI
30 CM**



**SLALOM
TRA
12
CONI**



**10 SALTI
CON
LA CORDA**



**BALZI
NEI 12
CERCHI**



ARRIVO



PARTENZA

