



GARA PROMOZIONALE DI SALTO CON LE CORDE

L'A.s.d. "Ri-salta" di Lazise, in collaborazione con l'Ufficio Educazione Fisica di Verona, propone una gara promozionale di salto con le corde per la scuola secondaria di 1° grado a Lazise, **Martedì 24 aprile 2018.**

Programma orario:

- entro le 9.00 le squadre dovranno presentarsi sul campo di gara
- **alle 9.15 inizieranno le sfide**
- **alle 11.45 si concluderanno le sfide**
- alle 12.15 si concluderanno le premiazioni.

Partecipazione e formula di gara:

Ogni alunno potrà partecipare ad una sola delle seguenti competizioni, disputate con girone all'italiana, in cui ogni scuola sfida le altre, con **arbitraggio da parte degli alunni** di altre scuole, come già sperimentato.

Tutte le sfide si disputano su **3 prove** (3-0, 2-1), **oppure su 5** (5-0, 4-1, 3-2), in base al numero delle scuole iscritte a ciascun tipo di sfida e alla durata della stessa, senza cronometraggio e arbitrate da alunni di scuole che sono a riposo, ma partecipano a quel tipo di gara, secondo il calendario consegnato.

Ogni rappresentativa **gareggerà con le proprie corde**; tutte le sfide partono contemporaneamente; al termine, gli alunni arbitri comunicheranno il risultato al docente incaricato.

Programma gare:

- 1- **Staffetta funicella**: una squadra di **8 alunni di prima** eseguirà in successione 10 salti e/o 5 incroci.
- 2- **Velocità a squadre con funicella**: **3 alunni** salteranno individualmente la funicella alla massima velocità.
- 3- **Attraversamenti della corda lunga**: una squadra di **8 alunni** attraverserà più volte la corda lunga.
- 4- **Scambio con la corda lunga**: una squadra di **3 alunni di seconda** a turno salterà 10 volte la corda lunga.
- 5- **Scambio con due corde**: una squadra di **3 alunni** a turno salterà 10 volte la corda doppia.
- 6- **Velocità a squadre con la corda doppia**: **3 alunni** salteranno individualmente la funicella alla massima velocità.

Classifiche: il risultato finale sarà dato dalla somma delle sei diverse classifiche.

Iscrizione: **entro sabato 14 aprile 2018**, inviando l'allegato modulo allo scrivente.