

**1° INDOOR MALENCA
ESORDIENTI 5 – 8 – 10
SABATO 18 MARZO 2023**



REGOLAMENTO

- L'A.D.S. Sportiva Lanzada organizza il giorno 18 marzo 2023 una gara indoor riservata alle Categorie Esordienti 5-8 (anni da 2017 a 2014) Esordienti 10 (anni 2013-2012).
I partecipanti dovranno essere regolarmente iscritti alla FIDAL.
- **ISCRIZIONI:** per e-mail a info@sportivalanzada.it entro venerdì 17 marzo 2023. Verranno accettate iscrizioni il giorno della gara non oltre le ore 15.
- **LUOGO E ORA:** la manifestazione si svolgerà presso il Palazzetto dello Sport di Chiesa in Valmalenco, in Via Squadrani. Il ritrovo è alle ore 15.00 e alle 16.00 inizieranno le gare.
- **GARA – SQUADRE - PUNTEGGI:** La gara sarà a squadre di 4 componenti per gli Esordienti 5 e 8 (miste) e di 3 per gli Esordienti 10 (maschile e femminile). Per consentire la partecipazione del maggior numero di bambini, il giorno della gara verranno formate squadre miste tra le varie società in caso di squadre incomplete. Per ogni prova, verrà stilata una classifica: alla miglior prestazione verrà assegnato un punteggio pari al numero delle squadre partecipanti, alla seconda un punto in meno e così via fino all'ultima squadra che riceverà un punto. La classifica finale verrà stilata sommando i punteggi ottenuti in ogni prova da ogni squadra. Se la squadra non è completa, verrà assegnato il peggior punteggio conseguito dai partecipanti della squadra per ogni prova.
- **PROVE:**
ESORDIENTI 5 e 8: PERCORSO – SALTO ALLA CORDA – STAFFETTA
ESORDIENTI 10: PERCORSO – SALTO ALLA CORDA – STAFFETTA
PERCORSO:
A staffetta, ogni partecipante dovrà completare il percorso motorio (disegnato con cerchi, coni, materassi...) in maniera completa.
La prova verrà cronometrata e verrà dato un secondo di penalità per ogni errore commesso.
La squadra che farà il percorso nel minor tempo sarà la vincitrice.
SALTO ALLA CORDA:
Vengono messi a disposizione 30 secondi per ogni partecipante: in questo tempo il bambino deve effettuare il maggior numero possibile di salti alla corda. I salti possono essere eseguiti liberamente (a piedi pari, un piede alla volta...). Ogni componente della squadra ha a disposizione 3 tentativi: per la classifica finale vengono sommati i salti di tutte le prove di ogni componente della squadra. Vince la squadra che ottiene il maggior numero di salti.
STAFFETTA:
Verrà effettuata una corsa a staffetta lungo il perimetro del campo di basket. Ogni componente della squadra, a turno, deve effettuare un giro della palestra.

È prevista una zona di cambio (+ 5 / - 5 metri dalla linea di partenza) all'interno della quale verrà eseguito il passaggio del testimone. Non sono previste squalifiche per perdita del testimone e cambio effettuato fuori dalla zona cambio. Si sfideranno due squadre alla volta e verrà cronometrato il tempo impiegato per ogni squadra. Vince la squadra che completa la prova nel minore tempo possibile.

PROGRAMMA

Ore 15 ritrovo

Ore 16.00 Inizio gare.

PREMIAZIONI:

- A tutti i partecipanti verrà consegnato un premio di partecipazione
- Premi alle prime tre squadre classificate della categoria Esordienti 10 M-F.
- Premi alle tre società per numero di partecipanti

Al termine delle premiazioni della gara di giornata, verranno premiati gli Esordienti che hanno partecipato a tutte e quattro le gare indoor nel 2023.

PER INFO

info@sportivalanzada.it

Rosita - 3318405481