



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

GIUGNO 2017
Mercoledì 07

SAN STINO DI LIVENZA
Stadio Comunale

Comitato Provinciale **Venezia**

5^ PROVA ATTIVITA' PROVINCIALE ESORDIENTI "A-B-C" 2017

CATEGORIE: Esordienti tutti m/f

ORGANIZZAZIONE: CP FIDAL Venezia, Atletica Speranza, Runners club Aggredire.

PROGRAMMA TECNICO: **Oggi si.... Salta e si lancia.**

PROGRAMMA ORARIO: Ore 17.30 Ritrovo partecipanti - **INIZIO ATTIVITA' 17.45**

Organizzazione della manifestazione

Ci saranno 4 stazioni/ attività e verranno formate 8 squadre. (Due squadre si sfideranno in ogni stazione in contemporanea, avverrà una rotazione ogni 10 minuti)

1) CANESTRO CON MIX PALLINE

Due campi da gioco circolari con all'interno tre contenitori di differenti misure. Ogni membro della squadra dovrà lanciare le palline di varie misure e centrare il contenitore. Il gioco sarà a tempo (se la pallina non centerà il contenitore, il ragazzo potrà raccogliere la pallina disporsi lungo la linea circolare e riprovare il lancio.)

2) STAFFETTA A NAVETTA CON PERCORSO DI GUERRA

Ogni membro delle due squadre dovrà compiere un percorso strutturato di andata e ritorno e consegnare al proprio compagno il testimone che partirà per percorrere lo stesso percorso. Vince la squadra che prima completa la staffetta.

3) "CIAPA E PORTA A CASA"

Parteciperanno due squadre che saranno suddivise in due postazioni, una di fronte all'altra. Il campo di gioco sarà formato da due segmenti che intersecandosi formeranno una croce. Lo scopo del gioco sarà di prendere, uno alla volta e a turno, gli oggetti posti al centro della croce e portarli alla base. Una volta terminati gli oggetti al centro ogni atleta della squadra, a turno, dovrà andare a prendere gli oggetti dalla squadra avversaria. Vince la squadra che al termine del tempo avrà conquistato più oggetti. Il gioco sarà a tempo.

4) MILLE CERCHI CON VORTEX

Parteciperanno due squadre. Partendo con il vortex in mano eseguire uno slalom, saltare un ostacolo ed entrare dentro un cerchio. Tirare il vortex cercando di fare centro all'interno di un bersaglio. Se il vortex colpisce il bersaglio, si potrà prendere il cerchio da dove si è tirato e lo si porterà alla propria squadra. Alla fine la squadra con più cerchi vincerà.

ATTIVITA' DEDICATA anno 2006: 400 m. in pista.