



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

MAGGIO 2018
Sabato 26

DOLO
Stadio Comunale
via Dello Sport

Comitato Provinciale Venezia

4^ PROVA ATTIVITA' PROVINCIALE ESORDIENTI "A-B-C" 2018

CATEGORIE: Esordienti **tutti** m/f

ORGANIZZAZIONE: Atletica Riviera del Brenta

PROGRAMMA TECNICO: **Oggi si CORRE**

PROGRAMMA ORARIO: Ore 15.00 Ritrovo partecipanti m/f

ISCRIZIONI: on line entro venerdì 25 maggio ore 20.00.

INIZIO ATTIVITA' 15.30

LA GIMCANA

2 squadre dovranno affrontare, un atleta per volta, un percorso composto da ostacoli di varie dimensioni e una parte di slalom. Dopo aver completato il tragitto, il bambino batterà il "cinque" al compagno che partirà.

[Vince la squadra che termina per prima la fila](#)

LA LEPRE

Il gruppo si prepara all'altezza dei 300m. Al via i partecipanti seguiranno la "lepre", che li guiderà con un ritmo di 24" ogni 100 metri. All'arrivo dei 100 metri finali, la lepre si sposterà e i bambini affronteranno la distanza rimanente alla massima velocità.

LA BACCHETTA

Le due squadre verranno divise in due sottogruppi, che si disporranno in file attorno ad un ampio cerchio disegnato per terra. Al centro di questo sarà posto un attrezzo. Al via, il primo atleta di ogni fila dovrà correre attorno al cerchio e una volta tornato al punto di partenza, dovrà battere il cinque al compagno e correre verso il centro per prendere l'attrezzo. Vince chi arriva per primo.

I LADRI PIU' VELOCI (STAZIONE OPZIONALE)

Lo scopo del gioco è di svuotare il più velocemente possibile la cassaforte con la refurtiva dell'altra squadra. Le squadre si disporranno in due corsie vicine, in direzione opposta. Al via il primo atleta correrà a prendere un cinesino della squadra avversaria (uno solo per volta) e tornerà indietro per battere il cinque al compagno, che partirà a sua volta.

TRIS

Le due squadre sono in fila ad una certa distanza da una griglia formata da nove caselle. Al via i primi delle file correranno il più veloce possibile per andare a porre la loro pedina (un cinesino) su una delle caselle. Una volta tornato alla posizione di partenza partirà il secondo e così via. Vi saranno tre pedine per squadra: in caso vengano usate tutte le pedine, gli atleti successi continueranno a correre spostando ogni volta 1 sola pedina della propria squadra, fino a che non venga raggiunto il tris.

STAFFETTA FINALE