

Domenica 22 gennaio 2006 - Brembate Sopra (BG) Scuola di Marcia Trofeo Ugo Frigerio di Marcia

Programma dell'incontro

Obiettivo:

Lo scopo dell'incontro è di consentire a tutti di partecipare ad una prova non strettamente agonistica. E' nostro obiettivo insegnare a tutti, ma principalmente ai giovanissimi alle prime esperienze come affrontare la specialità della marcia, quali sono le regole base, e come sia importante il loro contributo, indipendentemente dal risultato, per il risultato di squadra. Ringraziamo anticipatamente i giudici presenti che sicuramente ci daranno un contributo importante e costruttivo.

Si ricorda a tutte le società che questa edizione del Trofeo Ugo Frigerio prevede una serie di rimborsi spese a tutte le società presenti che raggiungono un determinato punteggio. I dettagli del regolamento sono disponibili sul sito: www.trofeofrigerio.it

In caso di maltempo il prologo si svolgerà all'interno del palazzetto dello sport.

Informazioni:

Nuova Atl. Astro - Signora Adele Brera 02 98879308

Ritrovo:

Ore 9 presso il centro Sportivo di Brembate Sopra.

Attività:

Ore 10 allenamento delle squadre.

Ore 10,30 Staffetta 10 X 400 mt

Ore 11,00 Rinfresco offerto dalla società Pol. Atletica Brembate e premiazione.

Organizzazione del prologo:

- Gli atleti presenti verranno suddivisi in squadre formate da 10 persone.
- Le squadre saranno miste e composte con casualità (atleti di società diverse) cercando di inserire ragazzi e ragazze in maniera omogenea. Cercheremo di comporre le quadre con 4/5 esordienti e ragazzi/e, 4/5 cadetti/e allievi/e, 1 o 2 Juonior o assoluti .
- Ogni squadra sarà seguita da un tecnico che guiderà un piccolo allenamento a carattere introduttivo alla specialità.
- Seguirà una staffetta tra le varie squadre in cui ogni partecipante farà 400 metri.
- Come previsto dal regolamento ad ogni partecipante delle categorie Esordienti ABC, Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e verranno assegnati 3 punti validi per la classifica di società e 30 punti per la classifica individuale.
- Anche i 4 cadette/i presenti a Genova per l'incontro tra rappresentative riceveranno i 30 punti validi per la classifica individuale.