

GIORNATE SPORTIVE FIDAL VARESE PER ESORDIENTI 10 2019

Il Comitato Provinciale FIDAL di Varese indice le giornate sportive per Esordienti 10 2019 riservate agli atleti della categoria Esordienti EM10/EF10 tesserati nel 2019 per le società della provincia.

Le giornate sportive si svolgeranno con il seguente programma tecnico:

- **50 hs - 50 - 600 - Salto in lungo - Salto in alto - Lancio del vortex - Marcia Km. 1,2**

Note:

- 50 hs : n. 5 ostacoli altezza m.0,50 - Distanza m.12,00 - 4 x m.7,00 - m.10,00
- Salto in lungo : Battuta libera di 1 m. x 1 m. distante dalla buca da m. 0,50 a m. 1,50

Le società dovranno presentarsi sul campo di gara all'ora di ritrovo con i cartellini dei propri atleti già compilati.

In ogni manifestazione programmata ciascun atleta potrà partecipare sino ad un massimo di due gare.

Inoltre, in tutte le manifestazioni programmate, a fine giornata, sarà possibile partecipare alla staffetta 5x80.

In tutte le gare di salti e lanci sono ammesse massimo 2 prove per atleta.

Le giornate sportive si svolgeranno come segue:

| Giornata | Data | Località |
|--------------------|-----------------------|----------------------|
| 1^ giornata | 06 Aprile 2019 | OLGIATE OLONA |
| 2^ giornata | 01 Maggio 2019 | TRADATE |
| 3^ giornata | 25 Maggio 2019 | SESTO CALENDE |
| 4^ giornata | | |
| 5^ giornata | | |

Al termine di ciascuna prova verranno attribuiti agli atleti classificati di ogni gara i seguenti punteggi (**marcia ed eventuale staffetta esclusi**):

| TABELLA PUNTEGGI | | | |
|-------------------------|-------|-------------------------|-------|
| POSIZIONE DI CLASSIFICA | PUNTI | POSIZIONE DI CLASSIFICA | PUNTI |
| 1 | 100 | 21 | 24 |
| 2 | 90 | 22 | 22 |
| 3 | 80 | 23 | 20 |
| 4 | 75 | 24 | 18 |
| 5 | 70 | 25 | 16 |
| 6 | 65 | 26 | 15 |
| 7 | 60 | 27 | 14 |
| 8 | 57 | 28 | 13 |
| 9 | 54 | 29 | 12 |
| 10 | 51 | 30 | 11 |
| 11 | 48 | 31 | 10 |
| 12 | 45 | 32 | 9 |
| 13 | 42 | 33 | 8 |
| 14 | 39 | 34 | 7 |
| 15 | 36 | 35 | 6 |
| 16 | 34 | 36 | 5 |
| 17 | 32 | 37 | 4 |
| 18 | 30 | 38 | 3 |
| 19 | 28 | 39 | 2 |
| 20 | 26 | 40 | 1 |

Un punto verrà assegnato a tutti gli altri concorrenti classificati dal 41 ° posto in poi.

Classifiche

La classifica finale, riservata alle società della provincia di Varese, sarà redatta sulla base della somma dei punteggi ottenuti nelle singole prove previste nella giornata sportiva. Il Trofeo di giornata sarà assegnato alla società che avrà totalizzato il miglior punteggio complessivo. Verranno premiate le prime sei società classificate. Tutti i partecipanti di società della provincia verranno premiati al centro del campo dai rispettivi istruttori.

GIORNATE SPORTIVE FIDAL VARESE PER ESORDIENTI 6-8 2019

Il Comitato Provinciale FIDAL di Varese indice le giornate sportive per Esordienti 6-8 2019 riservate agli atleti delle categorie Esordienti EM6-EM8/EF6-EF8 tesserati nel 2019 per le società della provincia.

Le giornate sportive si svolgeranno come segue:

| Giornata | Data | Località |
|--------------------|-----------------------|----------------------|
| 1^ giornata | 06 Aprile 2019 | OLGIATE OLONA |
| 2^ giornata | 01 Maggio 2019 | TRADATE |
| 3^ giornata | 25 Maggio 2019 | SESTO CALENDE |
| 4^ giornata | | |
| 5^ giornata | | |

In ogni singola giornata sportiva si svolgeranno 5 prove individuali.

Ogni bambino partecipa a tutte le prove. Al bambino verrà consegnato un cartellino che verrà vistato al superamento di ogni singola prova a cura degli organizzatori.

Le società dovranno presentarsi sul campo di gara all'ora di ritrovo con i cartellini già compilati, che si possono scaricare dal sito Fidal Varese al seguente link:

<http://www.fidalvarese.it/modulistica>

Al termine della giornata sportiva i cartellini verranno lasciati ai bambini.

1^ PROVA : VELOCITA'

La prova consiste nel correre 40 metri.

2^ PROVA : LANCIO DEL VORTEX

La prova consiste nel lanciare il vortex il più lontano possibile. Ogni bambino avrà a disposizione 2 lanci.

3^ PROVA : SALTO IN LUNGO

La prova consiste nel saltare il più lontano possibile.

Ogni bambino avrà a disposizione 2 salti.

4^ PROVA : SALTO IN ELEVAZIONE

La prova consiste nel saltare il più in alto possibile e toccare un nastro posto alle seguenti altezze:

Esordienti 8 : m.2,10 - m.2,00 - m.1,90

Esordienti 6 : m.1,90 - m.1,80 - m.1,70

Ogni bambino avrà a disposizione 2 salti.

5^ PROVA : PERCORSO MISTO

La prova consiste nel completare un percorso misto preparato a cura della società organizzatrice.

Tutte le prove possono essere effettuate sul prato interno del campo di gara. Al termine delle cinque prove tutti i partecipanti di società della provincia di Varese verranno premiati al centro del campo dai rispettivi istruttori.