

20° Meeting di Atletica Leggera

Comunità Montana Valle Seriana

PROGRAMMA

- DATA: **VENERDI' 09 MAGGIO 2008**
(in caso di maltempo verrà rinviato al 13.05.2008)
- LUOGO: Centro Sportivo "Saletti" di Nembro
- PARTECIPANTI: Alunni/e delle scuole secondarie di 1° grado del territorio della Comunità Montana Valle Seriana
- RITROVO: **Ore 08,15**
INIZIO GARE: Ore 08,45 (da svolgersi come da prospetto "Successione gare...")
- CONTROLLO SANITARIO: Vedi norme del regolamento Giochi Sportivi Studenteschi 2007/2008
- ASSICURAZIONE: I concorrenti la cui scuola ha aderito alla convenzione Ministero - R.A.S. Roma hanno la copertura assicurativa purché deliberata dagli organi collegiali competenti
- TRASPORTO: A carico delle Scuole
- REGOLAMENTO: L'iscrizione nominativa dei partecipanti dovrà avvenire esclusivamente sui moduli allegati (ALLEGATO 1) **entro e non oltre** le ore 12.00 del giorno **VENERDI' 02 MAGGIO 2008.**
Si sottolinea che, per motivi organizzativi, le iscrizioni che perverranno dopo tale termine non verranno prese in considerazione.
- Si ricorda che ad ogni specialità devono essere iscritti atleti diversi (tranne per la staffetta) per un massimo di 56 alunni per scuola.**
- Ad ogni specialità (tranne la Resistenza a coppie) ogni scuola può iscrivere 1 solo alunno maschio ed una sola alunna femmina per ogni classe (1[^], 2[^], 3[^]).
 - Solo alla specialità della Staffetta si possono iscrivere atleti partecipanti anche ad altra gara
 - Gli alunni iscritti al Triathlon non possono effettuare altre gare
 - Sono ammessi, per le classi 3^e, gli alunni fuorietà (1993).
 - I ripetenti delle classi 1^e e 2^e vengono inseriti nelle categorie anagrafiche corrispondenti
- PREMIAZIONI: Per ogni specialità verrà premiato 1°, 2° e 3° classificato.
In base alla posizione che ogni scuola avrà ottenuto in ogni specialità le verrà assegnato un punteggio (es.: 1 punto alla prima, 2 alla seconda...). Il TROFEO verrà assegnato calcolando la somma dei punteggi ottenuti da ogni scuola. Vince la scuola che effettua il minor punteggio. Verranno premiate le prime tre scuole.

SPECIALITA'

OSTACOLI

Tutte le classi (1^a-2^a-3^a) affronteranno la prova sulla distanza dei **60 m**. L'altezza prevista per gli ostacoli è di **50 cm**. Si applicano le regole dei Giochi Sportivi Studenteschi e le modalità sono uguali sia per i maschi che per le femmine

VELOCITÀ

- **60 m.** per le classi prime (Maschile/Femminile)
- **80 m.** per le classi seconde (Maschile/Femminile)
- **80 m.** per le classi terze (Maschile/Femminile)

SALTO IN ALTO

Le misure di partenza sono:

1^a Media: Maschi = **100** Femmine = **90**

2^a Media: Maschi = **110** Femmine = **100**

3^a Media: Maschi = **120** Femmine = **100**

Quindi si procederà di 5 cm

SALTO IN LUNGO A SQUADRE

Ogni squadra sarà formata da un alunno della classe 1^a, un alunno della classe 2^a e un alunno della classe 3^a. Ogni scuola iscriverà una squadra maschile ed una squadra femminile. Gli alunni di ogni squadra effettueranno tre salti (come da regolamento G.S.S.) ed ai fini della classifica verranno sommati i migliori salti dei tre alunni.

STAFFETTA DI RESISTENZA A COPPIE (2 x 800)

Ogni scuola deve iscrivere una squadra (e una sola) di 2 persone per categoria. La coppia deve percorrere un totale di 1600 m, alternandosi a staffetta (il concorrente A compie i primi 800 m; poi da il cambio al suo compagno di coppia B, il quale compie altri 800 m).

Le partenze avvengono per categoria (per un totale di 6 partenze: 1° medie, 2° medie, 3° medie maschili e femminili) e in linea.

Vince la coppia che impiega il minor tempo a percorrere i 1600 m totali.

VORTEX/PESO

Le classi 1^e e 2^e (sia maschile che femminile) effettueranno il lancio del VORTEX.

Le classi 3^e (sia maschile che femminile) effettueranno il lancio del PESO (peso di 3 Kg. per entrambe le categorie).

STAFFETTA 4 X 100:

Ogni scuola può iscrivere tre staffette così costituite:

- Per le prime: 2 maschi e 2 femmine
- Per le seconde: 2 maschi e 2 femmine
- Per le terze: 2 maschi e 2 femmine

TRIATHLON

Ogni scuola potrà iscrivere un solo alunno ed una sola alunna della classe 3^a media

La gara consiste nell'effettuare le tre seguenti prove:

- Salto in lungo
- Lancio del Vortex
- Corsa 1000 m.

In ogni specialità effettuata all'atleta verrà assegnato un punteggio, corrispondente alla posizione in classifica (un punto al primo, due punti al secondo e così via). La classifica finale si otterrà sommando i punti ottenuti nelle tre specialità.