

Aprile 2021

PROPOSTA ATTIVITA' PRIMAVERILE (Aprile-Maggio 2021) Esordienti "A" m/f

Il Comitato Provinciale, vista la situazione epidemiologica attuale, propone alle Società della provincia, per gli Atleti che si stanno allenando, un'attività per i mesi di Aprile e Maggio da svolgersi all'interno di ogni Società singolarmente.

La proposta è di effettuare alcune prove e di prenderne i tempi e le misure, secondo le modalità qui di seguito elencate, per le categorie Esordienti m/f, preferibilmente durante le sessioni di allenamento.

Per ogni Atleta della categoria Esordienti dovrà pervenire **un risultato di cinque diverse discipline su sette**, (cinque risultati in totale);

I tempi e le misure delle prove potranno essere presi dagli Istruttori-Allenatori o da alcuni Giudici di gara presenti in forma volontaria e residenti nel Comune dove si svolge l'attività.

I risultati andranno inviati **entro Sabato 12 Giugno** all'indirizzo di posta cp.treviso@fidal.it.

Il Comitato si farà poi carico di trasmettere tutti i dati raccolti, alle varie Società, affinché, tra allenatori ed atleti, possa esserci un momento di valutazione e confronto dei risultati ottenuti.

L'attività andrà svolta seguendo i protocolli anti Covid-19, soprattutto nelle specialità che prevedono partenze di più atleti e in quelle che necessitano l'utilizzo di attrezzature.

Categoria Esordienti "A" m/f (anni 2010-2011, aperto al 2012).

La proposta prevede la partecipazione ad almeno cinque discipline su sette previste;

40 m - 40 hs - Salto in lungo - Salto in alto - Lancio del Vortex - Lancio palla 1kg - 500 m

Per coinvolgere maggiormente i bambini si può operare facendo corrispondere ogni risultato raggiunto dai bambini ad un punteggio (1-2-3-4-5 punti); sommando i risultati ottenuti in cinque discipline diverse, ogni atleta raggiungerà così una determinata fascia secondo lo schema sotto riportato:

- | | | | |
|---------------------|-------------|--------------------|------------|
| a) Fascia diamante: | punti 23-25 | d) Fascia argento: | punti 9-13 |
| b) Fascia platino: | punti 19-22 | e) Fascia bronzo: | punti 5-8 |
| c) Fascia oro: | punti 14-18 | | |



40 metri

H.50cm, 1°ost. a 10m, distanza
partenza in piedi

5 punti	6.0 sec e -
4 punti	6.1 - 6.6 sec
3 punti	6.7 - 7.3 sec
2 punti	7.4 - 7.9 sec
1 punto	8 sec e +

Salto in lungo (da un area di 1m x 1m di larghezza,
evidenziata con gesso, posta a 0,50m dalla buca)

5 punti	3.90 m e +
4 punti	3.50 - 3.89 m
3 punti	3.00 - 3.49 m
2 punti	2,50 - 2,99 m
1 punto	- di 2,50 m

Lancio del vortex

5 punti	28 m e +
4 punti	22 m - 27.99 m
3 punti	16 m - 21.99 m
2 punti	10 m -15.99 m
1 punto	- di 10 m

500 metri

(300m guidati (25" ogni 100m + 200m liberi)

5 punti	1'.45" e -
4 punti	1'.46" - 1'.55"
3 punti	1'.56" - 2'.05"
2 punti	2'.06" - 2'.15"
1 punto	2'.16" e +



40 hs (5 ost.

tra gli ost. 6m, partenza in piedi)

5 punti	7.6 sec e -
4 punti	7.7 - 8.2 sec
3 punti	8.3 - 8.9 sec
2 punti	9.0 - 9.9 sec
1 punto	10 sec e +

Salto in alto

5 punti	1.15 m e +
4 punti	1.05 - 1.10 m
3 punti	0,95 - 1,00 m
2 punti	0,85 - 0,90 m
1 punto	- di 0,85 m

Lancio laterale palla medica 1kg

5 punti	10,50 m e +
4 punti	9 m - 10,49 m
3 punti	7,50 - 8,99 m
2 punti	6 - 7,49 m
1 punto	< 5,99 m



Campagna del CR FIDAL Veneto contro il fumo nei luoghi dello sport

"Fumare è una cattiva abitudine che contagia anche chi non vorrebbe essere contagiato."

L'ATLETICA LEGGERA RENDE LIBERI DA SOSTANZE, LIBERI NELLA VITA

Campagna educativa e di sensibilizzazione contro il doping promossa dal Comitato Provinciale Treviso