



GARA UISP 2010 5/6/7 ANNI

LIVELLO A (PERCORSO)

DIFFICOLTÀ RICHIESTE

1. Partenza. Al via capovolta avanti sul tappeto.
2. Minitrampolino: rincorsa, battuta e salto a pennello.
3. Tappeto con fune sopra: eseguire 4 saltelli a piedi pari a zig zag.
4. 2 tappeti: eseguire una rincorsa e ruota.
5. Eseguire uno slalom di corsa in avanti tra i 3 coni o cinesini disposti a circa 1 metro l'uno dall'altro.
6. Prillo del cerchio, ripresa e rimettere il cerchio a posto.

Dare il cambio al compagno toccandogli la mano.

PENALITÀ PREVISTE

Partenza anticipata

5 secondi ogni volta

Saltare una delle difficoltà richieste

5 secondi ogni volta

Oggetto abbattuto o spostato e non rimesso a posto

5 secondi ogni volta