



PARTENZA/ARRIVO

## GARA UISP 2010 8/9/10 ANNI

## LIVELLO A (PERCORSO)

### DIFFICOLTÀ RICHIESTE

1. Partenza in candela. Al via si scende dalla candela e si prende la rincorsa per il trampolino.
2. Minitrampolino: rincorsa, battuta e salto a X (stellina).
3. Tappeto: eseguire una capovolta avanti.
4. 2 tappeti: eseguire una rincorsa e rondata (o ruota).
5. Eseguire uno slalom di corsa all'indietro tra i 3 coni o cinesini disposti a circa 1 metro l'uno dall'altro.
6. Cerchio: prendere il cerchio, eseguire un prillo, mentre il cerchio gira eseguire una ruota. Al termine della ruota riprendere il cerchio e rimetterlo a posto.

Dare il cambio al compagno che aspetta in candela toccando la punta dei piedi

### 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