

- Salita alla fune metri 4

Salita di una fune con tecnica a scelta del candidato (con o senza ausilio delle gambe), in un massimo di tre tentativi.

Modalità esecutive: esecuzione di una salita alla fune con tecnica a scelta del candidato (con o senza ausilio delle gambe). Per superare la prova il candidato, alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro), dovrà effettuare, entro il limite di tre tentativi, la salita alla fune, fino a raggiungere, con almeno una mano, l'apposito contrassegno posto sulla fune in corrispondenza dei 4 metri. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, verificherà l'effettivo raggiungimento della quota e relativo superamento della prova. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo la successiva tabella.

SALITA ALLA FUNE 4 MT	RISULTATO	VOTO
Salita di una fune alta 4 mt., con tecnica a scelta del candidato, in un massimo di 3 tentativi.	1° Tentativo	30/30
	2° Tentativo	24/30
	3° Tentativo	18/30
	Prova non superata	0/30

- Salto in alto

Saltare, senza abatterla, la sbarra posizionata a 120 cm. Il giudizio viene espresso sul numero di tentativi.

Modalità esecutive: il candidato potrà saltare con qualunque stile nel rispetto del regolamento previsto per la disciplina del salto in alto (è quindi vietato il salto a tuffo con due piedi di appoggio). La prova si intende superata se il candidato riuscirà a superare l'asticella, posta all'altezza prefissata, di 1.20 mt. entro un massimo di tre tentativi. Il singolo tentativo sarà considerato fallito nei seguenti casi:

lo stacco da terra avvenga con due piedi;

l'asticella cada;

qualsiasi parte del corpo passi sotto l'asticella o lateralmente ai ritti.

È data facoltà di provare il salto prima dell'inizio della prova. Il valutatore provvederà al conteggio dei tentativi effettuati nonché alla registrazione dell'esito delle singole prove. A ciascun candidato si assegnerà un punteggio secondo la successiva tabella. La prova si considera non superata qualora il candidato non riesca a saltare in tre tentativi l'altezza minima di metri 1.20.

SALTO IN ALTO (Mt. 1,20)	RISULTATO	VOTO
Saltare, senza abatterla, la sbarra posizionata a 120 cm.	1° Tentativo	30/30
	2° Tentativo	24/30
	3° Tentativo	18/30
	Prova non superata	0/30

