

Il rilevamento dei tempi verrà effettuato tramite cronometraggio manuale eseguito da personale qualificato «Istruttore ginnico» incaricato con due differenti cronometri: al candidato verrà assegnato il tempo più favorevole tra i due rilevamenti; inoltre detto rilevamento sarà eventualmente arrotondato - per difetto - al secondo.

Alla fine di ogni batteria un membro della commissione controllerà i tempi rilevati e ne comunicherà l'esito a ciascun concorrente.

Per tutto quanto non sopra precisato sarà fatto riferimento ai regolamenti tecnici delle relative Federazioni sportive italiane.

#### 4) Piegamenti sulle braccia

Il concorrente alla ricezione dell'apposito segnale, che coinciderà con lo start del cronometro, avrà a disposizione 2 minuti di tempo per eseguire l'esercizio. La prova dovrà essere effettuata, nel tempo limite previsto, senza interruzioni, su quattro punti di appoggio (mani e piedi) come di seguito specificato:

posizione di partenza: prona, braccia distese, mani distanziate della larghezza delle spalle, piedi uniti o distanziati non più della larghezza delle spalle, corpo teso;

esecuzione: il piegamento è considerato valido se, piegando le braccia, si arriva a portare le spalle almeno al livello dei gomiti senza toccare il terreno con il petto e si ritorna in posizione di partenza. Il corpo deve mantenersi teso durante l'intero movimento (non piegato al bacino).

Un membro della commissione conterà a voce alta i piegamenti correttamente eseguiti dal concorrente; non conterà, invece, quelli eseguiti in maniera scorretta e comunicherà lo scadere del tempo disponibile per la prova.

Per tutto quanto non sopra precisato sarà fatto riferimento ai regolamenti tecnici delle relative Federazioni sportive italiane.

#### b. Modalità di valutazione dell'idoneità nelle prove di efficienza fisica

Il superamento di tali prove determinerà l'attribuzione di un punteggio massimo, utile al fine della sola idoneità attitudinale, pari a punti 5. Per essere giudicato idoneo alle prove di efficienza fisica il concorrente dovrà conseguire un punteggio finale non inferiore a 1,5 attribuito secondo la seguente tabella di riferimento:

CONCORRENTI DI SESSO MASCHILE				CONCORRENTI DI SESSO FEMMINILE			
corsa piana di metri 800		piegamenti sulle braccia		corsa piana di metri 800		piegamenti sulle braccia	
tempo	punti	N. esecuzioni	punti	tempo	punti	N. esecuzioni	punti
> di 3 minuti e 40''	0	meno di 10	0	> di 4 minuti e 59''	0	meno di 7	0
da 3 minuti e 20'' a 3 minuti e 40''	0,5	da 10 a 17	0,5	da 4 minuti e 44'' a 4 minuti e 59''	0,5	da 7 a 12	0,5
da 3 minuti e 00'' a 3 minuti e 19''	1	da 18 a 25	1	da 4 minuti e 26'' a 4 minuti e 43''	1	da 13 a 18	1
da 2 minuti e 42'' a 2 minuti e 59''	1,5	da 26 a 33	1,5	da 4 minuti e 00'' a 4 minuti e 25''	1,5	da 19 a 24	1,5
da 2 minuti e 28'' a 2 minuti e 41''	2	da 34 a 41	2	da 3 minuti e 41'' a 3 minuti e 59''	2	da 25 a 30	2
< a 2 minuti e 28''	2,5	più di 41	2,5	< a 3 minuti e 41''	2,5	più di 30	2,5

#### c. Comportamento da tenere in caso di infortunio

I concorrenti affetti da postumi di infortuni precedentemente subiti potranno portare al seguito ed esibire prima dell'inizio delle prove idonea certificazione medica che sarà valutata dalla commissione per gli accertamenti attitudinali. Questa, sentito il responsabile del locale servizio sanitario, adotterà le conseguenti determinazioni, eventualmente autorizzando il differimento ad altra data dell'effettuazione delle prove.

Allo stesso modo, i concorrenti che prima dell'inizio delle prove accusano una indisposizione o che si infortunano prima o durante l'esecuzione di uno degli esercizi dovranno farlo immediatamente presente alla commissione la quale, sentito il responsabile del locale servizio sanitario, adotterà le conseguenti determinazioni.

Non saranno ammessi alla ripetizione della prova e quindi saranno giudicati inidonei i candidati che durante l'effettuazione della stessa la interrompono volontariamente per qualsiasi causa. Allo stesso modo non saranno prese in considerazione richieste di differimento o di ripetizione della prova che pervengono da concorrenti che l'hanno portata comunque a compimento, anche se con esito negativo, o che hanno rinunciato a portarla a termine.

I concorrenti che, nei casi sopraindicati, hanno ottenuto dalla commissione l'autorizzazione al differimento dell'effettuazione di tutte o di parte delle prove di efficienza fisica, saranno convocati - con le modalità indicate nell'art. 5 del bando - per sostenere tali prove in altra data compatibile con lo svolgimento del concorso e comunque entro il termine di approvazione della graduatoria di merito di cui all'art. 14 del bando.

Ai concorrenti che risulteranno impossibilitati ad effettuare/completare le prove anche nel giorno indicato nella nuova convocazione ricevuta o che non si presenteranno a sostenere le prove in tale data, la commissione attribuirà il giudizio di inidoneità alla selezione attitudinale.

Tale giudizio, che è definitivo, comporterà l'esclusione dal concorso senza ulteriori comunicazioni.

