

b) gruppo 2 - Nuoto:

- nuoto stile libero m. 50:

tuffo da blocco di partenza e prosecuzione senza interruzione per 50 metri nuotando a stile libero; alla performance del candidato sono associati punteggi incrementali in funzione del tempo di esecuzione secondo la seguente tabella:

TEMPO	VOTO	TEMPO	VOTO	TEMPO	VOTO
$\geq 85'' < 90''$	6/30	$\geq 65'' < 70''$	14/30	$\geq 45'' < 50''$	22/30
$\geq 80'' < 85''$	8/30	$\geq 60'' < 65''$	16/30	$\geq 40'' < 45''$	24/30
$\geq 75'' < 80''$	10/30	$\geq 55'' < 60''$	18/30	$\geq 35'' < 40''$	26/30
$\geq 70'' < 75''$	12/30	$\geq 50'' < 55''$	20/30	$\geq 30'' < 35''$	28/30
Prova non superata: 0/30				$< 30''$	30/30

c) gruppo 3 - Atletica:

- corsa veloce m. 300:

esecuzione di una corsa piana di 300 metri in velocità;

- piegamenti sulle braccia:

esecuzione di non meno di 8 piegamenti sulle braccia;

- trazioni alla sbarra:

esecuzione di almeno una trazione completa alla sbarra, con le mani con apertura in avanti e ampiezza pari alla larghezza delle spalle, partendo dall'estensione massima delle braccia fino ad arrivare con il mento sopra la sbarra;

- corsa di fondo di m. 5000:

esecuzione di una corsa piana sulla distanza di 5000 metri, con punteggi incrementali in funzione del tempo di esecuzione;

- salita alla fune m. 4:

esecuzione con tecnica a scelta del candidato (con o senza ausilio delle gambe), con punteggi incrementali in funzione del tempo di esecuzione;

- salto in alto:

esecuzione di un salto in alto di almeno 80 centimetri in qualunque stile, nel rispetto del regolamento previsto per la disciplina del salto in alto, con punteggi incrementali in funzione dell'altezza saltata.

