

PROVA DI EFFICIENZA FISICA

TABELLE DI ATTRIBUZIONE DEI PUNTEGGI

CANDIDATI DI SESSO MASCHILE						
PROVE OBBLIGATORIE						
PROVA	TEMPI E MISURE REALIZZATI DAL CONCORRENTE					
Salto in alto (massimo 2 tentativi)	Meno di m. 1,10	=	=	Da m.1,10 a m. 1,19	Da m. 1,20 a m. 1,29	Pari od oltre m. 1,30
Salto in lungo (massimo 2 tentativi)	Meno di m. 3	Da 3,00 a 3,49 m.	Da 3,50 a 3,99 m.	Da 4,00 a 4,49 m.	Da 4,50 a 4,99 m.	Oltre i 4,99 m.
Corsa piana m. 100	Oltre 17"00	Da 17"00 a 16"01	Da 16"00 a 15"01	Da 15"00 a 14"01	Da 14"00 a 13"01	Meno di 13"01
Getto del peso* (massimo 2 tentativi)	Meno di m. 5,50	Da 5,50 a 5,99	Da 6,00 a 6,49	Da 6,50 a 6,99	Da 7,00 a 7,49	Oltre i 7,49
Punteggio attribuito	0	1	1,5	2	2,5	3

CANDIDATI DI SESSO MASCHILE						
PROVA FACOLTATIVA						
PROVA	TEMPI E MISURE REALIZZATI DAL CONCORRENTE					
Corsa piana m. 1.000	Oltre 4'45"	Da 4'45" a 4'31"	Da 4'30" a 4'16"	Da 4'15" a 4'00"	Da 3'59" a 3'44"	Meno di 3'44"
Punteggio attribuito	0	1	1,5	2	2,5	3

CANDIDATI DI SESSO FEMMINILE						
PROVE OBBLIGATORIE						
PROVA	TEMPI E MISURE REALIZZATI DAL CONCORRENTE					
Salto in alto (massimo 2 tentativi)	Meno di m. 0,90	=	=	Da m. 0,90 a m. 0,99	Da m 1 a m. 1,09	Pari od oltre m.1,10
Salto in lungo (massimo 2 tentativi)	Meno di m. 2	Da 2,00 a 2,49 m.	Da 2,50 a 2,99 m.	Da 3,00 a 3,49 m.	Da 3,50 a 3,99 m.	Oltre i 3,99 m.
Corsa piana m. 100	Oltre 21"00	Da 21"00 a 20"01	Da 20"00 a 19"01	Da 19"00 a 18"01	Da 18"00 a 17"01	Meno di 17"01
Getto del peso* (massimo 2 tentativi)	Meno di m. 3	Da 3,00 a 3,49	Da 3,50 a 3,99	Da 4,00 a 4,49	Da 4,50 a 4,99	Oltre i 4,99
Punteggio attribuito	0	1	1,5	2	2,5	3

CANDIDATI DI SESSO FEMMINILE						
PROVA FACOLTATIVA						
PROVA	TEMPI E MISURE REALIZZATI DAL CONCORRENTE					
Corsa piana m. 1.000	Oltre 5'30"	Da 5'30" a 5'16"	Da 5'15" a 5'01"	Da 5'00" a 4'45"	Da 4'44" a 4'30"	Meno di 4'30"
Punteggio attribuito	0	1	1,5	2	2,5	3

(*) Il getto del peso verrà eseguito utilizzando un attrezzo di 5 Kg. per il personale maschile e di 3 Kg. per quello femminile. Dette grammature sono quelle adottate per i campionati studenteschi delle scuole medie superiori.