OLIMPÍADA ROXO – AMARELO – BRANCO – IPÊ 80 ANOS

PATINAÇÃO ARTÍSTICA – ESTAFETAS DIVERTIDAS

Data:29/11
Local: Quadra Coberta 1
Categoria: Mista
Idades e Horários
9h00 - 6 a 9 anos
9h30 - 10 a 12 anos
10h15 - 13 a 17 anos
11h15 - a partir de 18 anos
Necessário agendamento (aplicativo do clube) – 30 vagas por horário (10 roxo/10 amarelo/10 branco)

Regras

A atividade será realizada em forma de competição no sistema de estafetas.
1 – Corrida de tartaruga (carrinho)
Os participantes deverão percorrer o caminho de deslocamento de forma lenta e controlada.
Quem permanecer com maior controle dos movimentos ganhará 10 pontos.
2 – Estafeta de equilíbrio
Os participantes deverão realizar um percurso de ida e volta executando movimentos de equilíbrio.
Caminhada em equilíbrio (passo 4), posição de avião e deslocamento em linha reta com controle corporal.
Quem conseguir realizar a atividade com mais acertos ganhará 10 pontos.
3 – Corrida de agilidade
Os participantes deverão percorrer um circuito com cones em zigue e zague.
Quem completar o percurso com maior velocidade e derrubando menos cones ganhará 10 pontos.
4 – Desafio de flexibilidade
Os participantes deverão realizar uma sequência de alongamentos orientadas pelo professor. Os movimentos serão adaptados por faixa etária. Será avaliada a execução correta, o controle corporal e a postura. Quem executar melhor ganhará 10 pontos.
Todos os participantes deverão trazer seus patins para a realização das atividades
Cada equipe deverá realizar a atividade quando a equipe for chamada.
Não será permitido empurrar, puxar, bloquear ou atrapalhar as outras equipes.

Pontuação
As quatro atividades serão somadas em cada categoria com a 1ª colocada ganhando 50 pontos, a 2ª colocada 30 pontos e a 3ª, 10 pontos em cada categoria/idade.
Ganhará a equipe que tiver o maior número de pontos somadas todas as categorias/idades.
No quadro geral de medalhas, a equipe campeã terá medalha de ouro, a 2ª colocada, medalha de prata e a 3ª, medalha de bronze.

Departamento de Esportes