



## MEETING NAZIONALE DI SOCIETA' PER GIOVANISSIMI Metaponto Matera 20-23 Giugno 2019

### Tabella riassuntiva degli ostacoli presenti nei percorsi di abilità con le relative abilità richieste

<b>Fase di sprint sui pedali</b>	Capacità di accelerare in bicicletta stando sui pedali, senza modificare la traiettoria rettilinea e capacità di rallentare senza perdere la direzione
<b>Pallina e cestino</b>	Capacità oculo-manuale e capacità di condurre la bicicletta con una mano
<b>Percorsi obbligati</b>	Capacità di condurre la bicicletta in spazi stretti seguendo una traiettoria ben definita
<b>Sottopassaggio</b>	Capacità di modificare la posizione del busto mentre si pedala
<b>Strettoie alte</b>	Capacità di seguire una traiettoria rettilinea senza spostamenti del corpo
<b>Strettoia bassa</b>	Capacità di mantenere una traiettoria rettilinea senza spostamenti della bicicletta
<b>Slalom speciale</b>	Capacità di veloci cambi di direzione
<b>Conversione ad U</b>	Capacità di invertire rapidamente la direzione di marcia

#### NOTE AGGIUNTIVE

- ✓ Tutte le misure relative alle porte dello slalom gigante, delle strettoie (alte e basse) e dei percorsi obbligati sono calcolate nella parte interna degli ostacoli.
  - a. In particolare: la larghezza delle porte dello slalom gigante è di cm. 50
  - b. La larghezza tra i pali delle strettoie alte è di cm. 75
  - c. La strettoia bassa prevede una larghezza di cm. 60 per l'ingresso e cm. 20 per l'uscita.
  
- ✓ L'altezza da terra del supporto dove poggia la pallina è di 70 centimetri
  
- ✓ Sottopassaggio prevede un'altezza dell'asta da terra pari a 130 cm
  
- ✓ I pali delle strettoie sono in plastica e sono alti 130 cm
  
- ✓ I pali per le conversioni ad U sono in plastica e sono alti 1 metro