



Ministero dell' Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia
Ufficio III – Ambito Territoriale di Bergamo
Area D – Coordinamento Educazione Fisica e Sportiva
Via Pradello, 12 – 24121 Bergamo - Codice Ipa: m_pi

Ai dirigenti scolastici

Istituti Scolastici di I e II grado statali e paritari
della provincia di Bergamo

Ai docenti di educazione fisica

Oggetto: Il duathlon nelle scuole

Il Comitato Regionale della Federazione Italiana Triathlon (FITRI) in collaborazione con quest'Ufficio Scolastico Territoriale organizza un corso teorico-pratico dal titolo "il Duathlon nelle scuole".

Il corso, a partecipazione gratuita, si svolgerà **mercoledì 29 novembre 2017** in un unico incontro della durata di 4 ore (14.00 – 18.00) presso l'I.T.C. "V.E. II°" ingresso da via A. Maj Bergamo e sarà tenuto dal tecnico federale FITRI Antonio Serratore e dalla giudice internazionale Pinuccia Bargellini.

Programma

Ore 14.00 – 15.15 in AULA ritrovo e registrazione partecipanti; introduzione sulla FITRI; aspetti regolamentari e tecnici del duathlon;

Ore 15.15 – 17.00 in PALESTRA esercitazioni pratiche con utilizzo caschi, pettorine, cinesini, mountain bike (MTB)

Ore 17.00 – 18.00 in AULA come si svolge una gara di duathlon, conclusioni e rilascio attestati partecipazione

Le iscrizioni dovranno pervenire entro lunedì 27 novembre 2017 on line al seguente link:

http://www.olimpia.it/iscrizioni_scuole/LOGIN/ utilizzando Nome Utente e Password personale assegnata in esclusiva ad ogni Scuola, scegliere dal menu a tendina:

scelta attività \Rightarrow corsi di aggiornamento \Rightarrow *il duathlon a scuola*

Per ulteriori informazioni rivolgersi al coordinatore tecnico sig. Longaretti Pietro Giorgio 349.8425219
Si chiede di diffondere l'iniziativa fra i docenti. Con i migliori saluti.

Il dirigente

Patrizia Graziani

Documento firmato digitalmente ai sensi del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e normativa connessa

SC/gr

Referente del procedimento:

Simonetta Cavallone – Area D Supporto alla scuola e alla didattica – Ufficio di Educazione fisica e sportiva
Tel. 035-284-114 - Fax 035-243-048 - Mail: coord.ef.bg@libero.it sito: www.educazionefisicabergamo.it





Ministero dell' Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia
Ufficio III – Ambito Territoriale di Bergamo
Area D – Coordinamento Educazione Fisica e Sportiva
Via Pradello, 12 – 24121 Bergamo - Codice Ipa: m_pi



Stralcio scheda tecnica Campionati Studenteschi 16/17

PROGRAMMA TECNICO

DUATHLON (200m. corsa a piedi, 800m. ciclismo, 200m. corsa a piedi)

RAPPRESENTATIVA DI ISTITUTO

La rappresentativa di istituto è composta da 2 maschi e da 2 femmine per ciascuna categoria.

IMPIANTI ED ATTREZZATURE

La bicicletta deve essere MTB o similare. E' obbligatorio l'uso del casco.

Prova di Duathlon

La zona di transizione deve essere ben delimitata e riservata solo ai partecipanti. I percorsi di ciclismo e di corsa possono essere allestiti su qualsiasi tipo di terreno (asfalto, terra, pista di atletica, erba). La prova viene svolta tutta di seguito, seguendo l'ordine corsa-bici-corsa.

GARA INDIVIDUALE

Classifiche:

Sono previste classifiche distinte (maschile e femminile).

Le classifiche sono stilate in base ai tempi finali di ciascuno studente, e non sull'ordine d'arrivo delle batterie qualora si renda necessario svolgere le gare in tale modalità.

Qualifiche:

Alla fase Regionale partecipano i primi 6 classificati di ciascuna categoria maschile e femminile della fase Provinciale, se svolta. Possibilità di recupero del settimo e ottavo classificato su rinuncia di due dei primi sei. Per fasi regionali dirette non esiste limite di partecipazione, fermo restando l'elenco alunni inseriti in piattaforma. Alla fase Nazionale partecipano i primi 3 classificati di ciascuna categoria maschile e femminile della fase Regionale, con recupero del quarto classificato su rinuncia di uno dei primi tre.

GARA A SQUADRE

Classifiche:

La classifica per rappresentative scolastiche si ottiene con la gara a staffetta mista per ciascuna categoria.

La squadra è formata da 2 femmine e 2 maschi che effettuano ciascuno la propria frazione di gara completa su distanze dimezzate per ciascuna frazione rispetto alla gara individuale, dando il cambio al frazionista successivo. Vince la squadra che totalizza il tempo più basso, qualora si renda necessario svolgere le gare in batterie. Diversamente la prima al traguardo.

Qualifiche:

Alla fase Regionale partecipano le prime due squadre di ciascuna categoria, della fase Provinciale se svolta. Diversamente non c'è limite, fermo restando l'elenco alunni inseriti in piattaforma.

Alla fase Nazionale partecipa la prima squadra di ciascuna categoria, della fase regionale con sostituzione massima di un maschio e una femmina a condizione che i sostituti abbiano partecipato all'evento regionale indipendentemente se alla prova individuale o alla staffetta. Le distanze di gara saranno quelle della gara individuale per ciascun frazionista.

