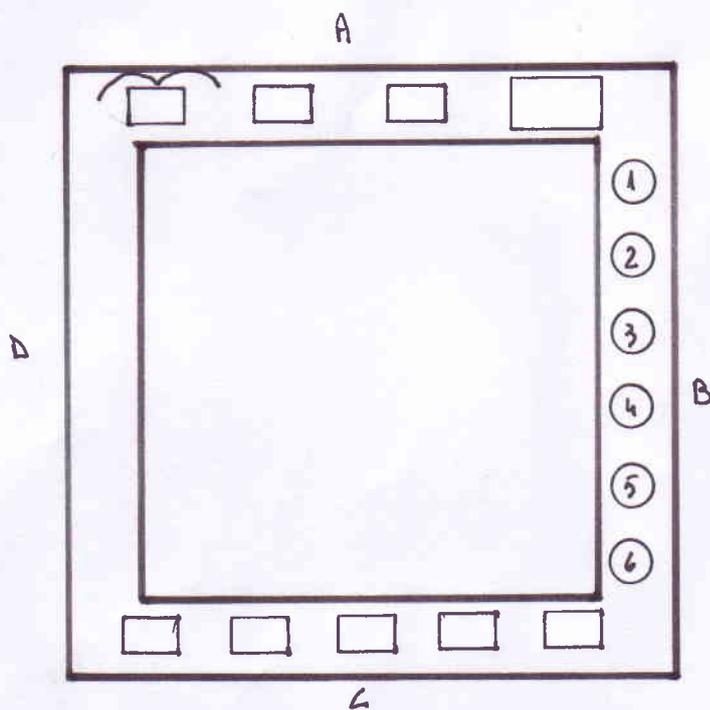


**PERCORSO GYMGIOCANDO DELLA SEZIONE G.P.T.  
Junior 2000 1 Marzo 2009**

Età 3 – 6 anni su uno schema corporeo (Il saltare)

Attrezzatura: su un quadrato 7mt. X 7mt.

- 3 steps
- 1 tappetone
- 6 cerchi
- 5 tappeti



1° lato: saltare a piè pari sugli steps e saltare giù dagli steps  
saltare su di un tappetone (h 40 cm), compiere 3 saltelli per arrivare alla fine del tappeto e salto in basso

2° lato: entrare nel 1° cerchio e salto della rana, arrivare accosciati e compiere negli altri cerchi altrettanti salti della rana

3° lato: (5 tappeti) effettuare salto in lungo da un tappeto all'altro, anche senza soluzione di continuità

4° lato: mani ai fianchi compiere 4 saltelli a piedi uniti (di rimbalzo) e 4 saltelli a piedi divaricati (sempre di rimbalzo), arrivare di corsa al punto di partenza e poi posizionarsi seduti all'interno del quadrato per iniziare la coreografia

## PENALITA' PERCORSO GYMGIOCANDO

1° lato: non eseguire la prova come descritto	15 sec.
2° lato: salti senza estensione del corpo (anche minima)	2sec. ogni volta
3° lato: non effettuare la prova come descritto	15 sec.
4° lato: ogni saltello in meno	4 sec.

## PENALITA' GENERALI

Non attendere l'arrivo del compagno di squadra prima di effettuare la partenza (partenza anticipata) 15 sec.

La staffetta potrà essere determinata toccando la spalla del compagno che deve partire,. Anche con suggerimenti di un adulto