



F.I.Ba.
Delegato Provinciale
CATANIA

REGOLAMENTO

Badminton Triathlon 2012

La partecipazione è riservata ai giocatori tesserati alla F.I.Ba. tramite le Associazioni Sportive Affiliate (ASA) o i Gruppi Sportivi Scolastici Aderenti (GSA).

La manifestazione prevede i seguenti raggruppamenti per categorie di età, senza distinzione di sesso:

- **Under 11** (nati negli anni 2001 e 2002)
- **Under 9** (nati negli anni 2003, 2004 e 2005).

Il Badminton Triathlon si basa sulla esecuzione individuale delle seguenti tre prove:

- 1) Tiro al bersaglio
- 2) Golf
- 3) Circuito

che qui di seguito vengono descritte nello svolgimento e nel punteggio.

TIRO AL BERSAGLIO

La prova consiste nel lanciare con una mano 10 volani (come freccette) che devono colpire un bersaglio rotondo, con un diametro di 30 cm., il cui centro è posto all'altezza di 155 cm da terra.

Il lancio deve avvenire assumendo una posizione laterale rispetto al bersaglio, in cui il fianco più lontano è lo stesso della mano che tiene il volano. Inoltre il lancio deve cominciare con il volano posizionato dietro la testa.

Il primo lancio viene effettuato alla distanza di 120 cm. dal bersaglio.

Il concorrente continua a lanciare dalla stessa postazione finché non colpisce il bersaglio.

Quando il bersaglio viene colpito, il concorrente effettua il lancio successivo da una distanza maggiore di 20 cm.

Alla fine dei 10 lanci il punteggio viene assegnato in base alla postazione da cui si è effettuato l'ultimo "centro", come da seguente tabella:

POSTAZIONE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
DISTANZA CM.	120	140	160	180	200	220	240	260	280	300
PUNTEGGIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

GOLF

La prova consiste nel lanciare un volano colpendolo con la racchetta (servizio dritto o rovescio) e cercando di farlo cadere in buca.

Il percorso prevede 5 buche, cioè dei cesti di dimensioni 40 x 60 cm, posizionate a una distanza crescente l'uno dall'altro.

Attorno ad ogni cesto viene delineato un rettangolo che dista 1 mt. da ogni lato del cesto e che rappresenta la distanza minima da cui è possibile lanciare.

Ogni concorrente ha a disposizione 10 lanci /servizi per cercare di completare il percorso.

Il primo servizio viene effettuato alla distanza di 1 metro. Il servizio successivo viene effettuato dal lato in cui è caduto il volano, ma sempre dalla distanza minima di 1 metro.

Quando il volano cade dentro la buca/cesto, il concorrente passa nella postazione successiva e lancia il volano verso la seconda buca.

Alla fine dei 10 servizi il punteggio viene assegnato in base al numero di buche effettuate, come da seguente tabella:

BUCA	1	2	3	4	5
DISTANZA MT.	1	2	3	4	5
PUNTEGGIO	1	2	3	4	5

Se un concorrente riesce a completare il percorso prima dei 10 lanci acquisisce tanti punti quanti i lanci non effettuati. Per esempio, chi effettua l'ultima buca con il 7° lancio avrà un bonus di 3 punti, cioè un totale di 8 punti (5 buche + 3 lanci non utilizzati).

CIRCUITO

La prova consiste nell'eseguire un percorso nel minor tempo possibile e senza commettere errori.

Il percorso prevede la seguente sequenza di esercizi da svolgere su 5 postazioni:

1. partenza con racchetta in mano e volano o palloncino (a scelta del concorrente) poggiato sul piatto corde. Al comando di via il concorrente spinge il volano/palloncino in alto ed effettua 3 palleggi verticali. Se il volano o palloncino cade a terra prima dei 3 tocchi il concorrente deve riassumere la posizione di partenza e ricominciare da zero.
2. tocco e spostamento con la racchetta di n° 4 volani poggiati a terra con una distanza laterale di 5,1 mt. (linee singolare). Il primo volano da toccare è quello a sinistra e i successivi sono quelli posizionati dall'altro lato (sequenza zig-zag).
3. esecuzione di 5 saltelli a gambe divaricate alternati a 5 saltelli a piedi uniti, lungo 2 linee parallele distanti 42 cm. (corridoio doppio). Nei saltelli divaricati, i piedi devono poggiare fuori dalle linee parallele.
4. slalom attraverso 5 birilli - posti tra loro ad una distanza di 1 mt. su unica linea retta - mantenendo le gambe divaricate (chasse laterale). Il primo birillo viene superato andando verso destra.
5. salto a piedi pari e braccia distese in alto, superando una bacchetta di legno e successiva corsa fino a toccare con la racchetta un volano distante 4 mt. dalla bacchetta saltata e sospeso ad un'altezza di 160 cm. Il contatto tra racchetta e volano nell'ultima postazione conclude il percorso.

Ogni singolo errore commesso comporta una penalità di un secondo che viene assegnato nei seguenti casi:

- nella 1° stazione, se il concorrente effettua un palleggio in meno;
- nella 2° stazione, se il concorrente non si sposta da un lato all'altro oppure se il volano non viene toccato;
- nella 3° stazione, se i piedi non poggiano fuori dal corridoio oppure se si effettua un saltello in meno;
- nella 4° stazione, se viene spostato un birillo oppure se si corre normalmente invece di spostarsi con gli chasse laterali;
- nella 5° stazione se non ci si ferma prima della bacchetta e non si salta battendo a piedi pari.

Il percorso assegna un punteggio in base al tempo di esecuzione effettuato, comprensivo delle penalità acquisite, come da seguente tabella:

TEMPO	60/36"	35/34"	33/32"	31/30"	29/28"	27/26"	25/24"	23/22"	21/20"	20/0"
PUNTEGGIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

CLASSIFICA

Viene stilata facendo la somma dei punteggi acquisiti nelle 3 prove.

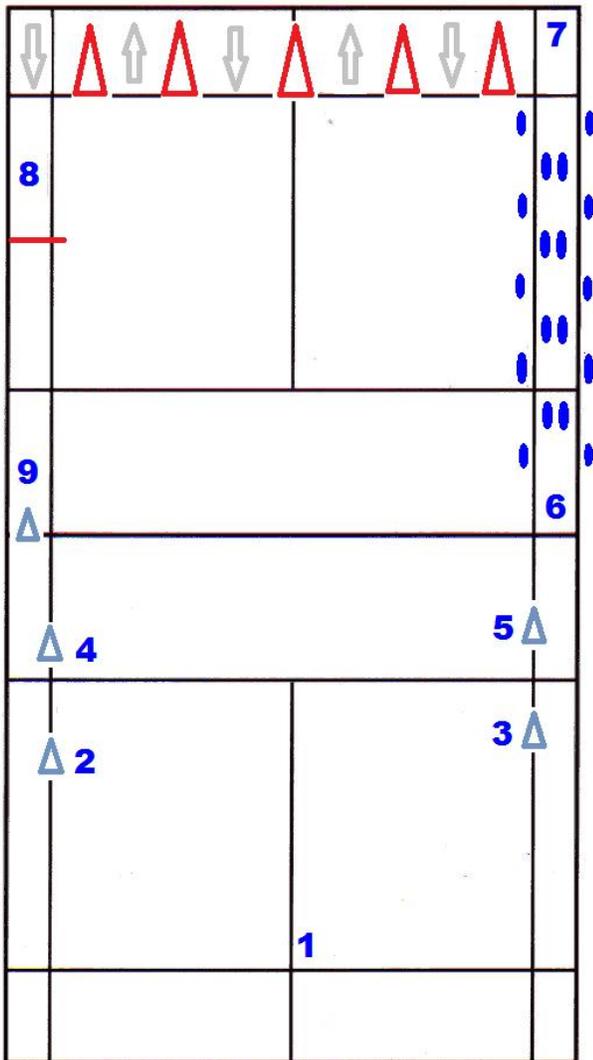
In caso di parità vince il concorrente che ha registrato il minor tempo nella prova Circuito.

In caso di ulteriore parità tra i primi tre classificati, viene disputata una quarta prova di spareggio.

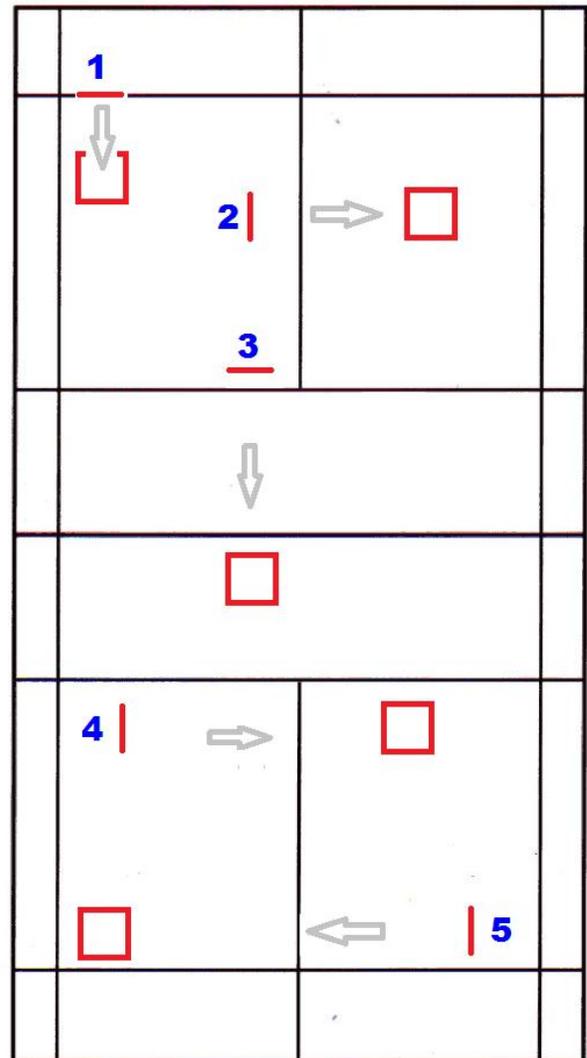
PROVA DI SPAREGGIO

Palleggio in verticale con racchetta e volano. La partenza dei concorrenti è simultanea e vince quello che per ultimo lascia cadere il volano a terra.

DISPOSIZIONE ATTREZZATURE e ORDINE DEI PERCORSI



CIRCUITO



GOLF