

SPORT SENZA FRONTIERE

Edizione 2017

Sommario

Elenco discipline.....	1
Regolamenti Discipline.....	2
1. TIRO CON L'ARCO.....	2
2. CALCIO BALILLA :.....	3
3. TENNIS TAVOLO:.....	4
4. RUZZOLA.....	5
5. CORSA CAMPESTRE.....	6
6. PALLAVOLO.....	7
7. CALCIO A 5.....	8

Elenco discipline

Sport di squadra (mista)	Sport individuale
Corsa campestre	Corsa campestre
Pallavolo	Ruzzola
Calcio a 5	Tennis tavolo
Calcio balilla	Tiro con l'arco

Regolamenti Discipline

1. TIRO CON L'ARCO

1. Il campo di gioco è un campo. In esso saranno posizionati a bersagli a distanza variabile in base alla categoria (distanza che verrà comunicata prima dell'inizio gara).
2. La distanza dal bersaglio varia dai 9 m. ai 15 m.
3. Gli atleti gareggeranno in contemporanea in numero variabile in base alle squadre iscritte alla disciplina e in riferimento agli spazi presenti.
4. La gara prevede 3 tiri per atleta per ogni manche. Le manche previste per ogni singolo atleta sono 3.
5. Il punteggio del bersaglio oscilla da 0 a 10.
6. Vince il giocatore che totalizza più punti nel totale.
7. In caso di parità di punteggio saranno previste delle manche di spareggio.

2. CALCIO BALILLA

1. La squadra del calcio balilla sarà composta da due atleti di pari categoria, ma di genere differenti (maschio + femmina).
2. La partita inizierà con il sorteggio del campo di gioco (lancio monetina oppure pari/dispari). Chi perde il sorteggio avrà il diritto a lanciare la prima pallina.
3. La pallina viene messa in gioco al centro facendo colpire le 2 sponde. Dopo un gol viene rimessa al centro dalla squadra che lo ha subito.
4. Nel caso in cui, la pallina dovesse uscire dai bordi o si dovesse fermare in zone del campo contese dai giocatori e impossibilitate alla ripresa di essa, se parliamo della prima pallina, essa verrà rimessa dalla medesima squadra e con le stesse modalità utilizzate all'inizio gara, se parliamo delle palline successive segue la regola della rimessa dopo aver subito un goal.
5. Il cambio del campo si effettuerà eseguendo la formula: somma dei goal in base alla durata della gara (Es.: se la gara termina quando una delle due squadre arriva ad 8, il cambio campo si effettuerà alla somma delle 8 reti).
6. E' da considerare goal la pallina che entra in porta anche se dovesse poi uscire.
7. L'autorete è sempre valida, anche quando la palla salta la stecca.
8. Vince la gara chi prima raggiunge il numero di goal prefissato ad inizio gara, con uno scarto di almeno 2 goal.

COSA SI PUO' o NON SI PUO' FARE

- Non è consentito gancio o passaggio (anche involontario) tra un omino e l'altro della stessa stecca
 - Non è consentito far girare la stecca più di 360°.
 - Non è consentito far "rullare" o lasciare in movimento la stecca anche involontariamente, tirando o marcando.-
9. In caso di goal dopo un'infrazione questo verrà annullato e la pallina rimessa al centro. Nel caso di infrazioni di "disturbo", cioè volontarie, quali rullate frequenti, offese o urla sono possibili penalizzazioni quali goal annullati, revoca di uno o più gol, partita persa.

3. TENNIS TAVOLO

1. La partita inizierà con il sorteggio del campo di gioco (lancio monetina oppure pari/dispari). Chi perde il sorteggio avrà il diritto a lanciare la prima pallina.
2. La durata della partita è stabilita prima dell'inizio della gara (Es.:11 o 21 punti a partita).
3. Il cambio palla avviene alla somma di 3, se la gara è agli 11 (oppure 5 se la gara ai 21)
4. Vince il giocatore che si aggiudica per prima 2 partite
5. Il servizio inizierà con la pallina liberamente posta sul palmo aperto della mano libera, ed immobile del battitore.
6. Il battitore deve quindi lanciare la pallina quasi verticalmente verso l'alto e senza imprimere effetto, così che si sollevi dal palmo della mano libera, di almeno 16 cm. e ricadere senza che abbia toccato nulla prima di essere colpita dal battitore.
7. Mentre la pallina sta discendendo il battitore la deve colpire in modo che essa tocchi dapprima il suo campo e poi, dopo essere passata al di sopra o attorno alla rete, tocchi il campo del ribattitore.
8. Dall'inizio del servizio finché è colpita, la pallina deve essere al di sopra del livello della superficie di gioco e oltre la linea di fondo del battitore, ed essa non deve essere nascosta al ribattitore da nessuna parte del corpo o dall'abbigliamento del ribattitore (Lo scopo di questa regola è di rendere visibile la pallina al ribattitore in tutti i momenti durante il servizio. Il giocatore che serve non deve fare nulla che potrebbe impedire al ribattitore di vedere la pallina dal momento in cui lascia la mano del battitore e dal vedere il lato della racchetta usato per colpire la pallina)
9. La pallina, servita o rinviata, deve essere colpita così che passi sopra o attorno alla "rete" e tocchi il campo dell'avversario, o direttamente o dopo aver toccato la "rete".

COSA SI PUO' o NON SI PUO' FARE

- Non ci si può appoggiare al tavolo.

Il Punto

1. Un giocatore acquisisce un punto se:
 - l'avversario sbaglia la battuta colpendo la rete senza oltrepassarla;
 - la pallina tocca il campo avversario e poi terra o qualcos'altro senza essere ribattuta;
 - il suo avversario non esegue un rinvio valido;
 - la pallina, dopo essere stata colpita dal suo avversario, passa oltre la linea di fondo senza aver toccato il suo campo;
 - il suo avversario colpisce la pallina due volte di seguito;
 - il suo avversario colpisce la pallina con un lato del telaio della racchetta;
 - il suo avversario, o qualsiasi cosa indossi o porti, muove la superficie di gioco;
 - il suo avversario, o qualsiasi cosa indossi o porti, tocca la rete;
 - la mano libera del suo avversario tocca la superficie di gioco.

4. RUZZOLA

1. Il gioco richiede l'utilizzo di due attrezzi: la ruzzola e lo spago o fettuccia per il lancio.
2. La ruzzola è un disco di legno con diametro di cm 13 e dello spessore di cm 4,5 con un peso di almeno 450 grammi.
3. Lo spago o fettuccia è un sottile cordino di canapa molto resistente, lungo circa due metri, che termina con un cappio scorsoio che viene fissato al dito indice della mano di lancio, a volte rivestito di una leggera e morbida striscia di cuoio per proteggere il dito stesso. Lo spago serve a lanciare la ruzzola con maggior forza rotativa, ma nulla vieta di lanciare la ruzzola a mano libera.
4. Il campo di gioco è una strada campestre o asfaltata.
5. Ogni partita consiste nel lanciare la ruzzola il più lontano possibile con un numero prefissato di lanci per ogni gioco (il numero dei lanci sarà comunicato prima dell'inizio della gara).
6. Per ogni gioco vengono effettuati vari lanci a seguire; si aggiudica il gioco il giocatore che, dopo il numero di lanci prefissato, ha percorso la maggiore distanza.
7. Vince la partita il giocatore che per primo si aggiudica il maggior numero di giochi (fissati all'inizio della gara).
8. Il primo lancio potrà essere eseguito con rincorsa o da fermo senza superare o toccare la linea di partenza. Per i lanci successivi il giocatore lancia la ruzzola dal punto dove questa si è fermata nel lancio precedente.
9. Nelle gare di singolo si tira a sorte chi deve lanciare per primo, poi si prosegue alternativamente sino al termine del numero di lanci prefissato, tirando per primo quello che si trova in svantaggio.
10. Il giocatore deve seguire il naturale snodarsi della strada o percorso di gara. Quindi non è permesso tagliare le curve o alzare la ruzzola che deve sempre rotolare;
11. Ostacolo naturale può essere anche una strada in salita. Può succedere che la ruzzola, dopo il lancio torni indietro. In questo caso il tiro successivo si effettua comunque dal punto di fermata della ruzzola, oppure dallo stesso segno del lancio precedente se questo è stato superato.

5. CORSA CAMPESTRE

1. La gara consiste nel percorrere, correndo, un percorso realizzato su di una strada asfaltata e/o campo.
2. La partecipazione è consentita solo a coloro che indossano un abbigliamento adeguato.
3. Lungo il percorso può essere prevista la presenza di piccoli ostacoli.
4. Vince la gara l'atleta che riesce a percorrere più velocemente il percorso stabilito.
5. In caso di infrazioni durante la gara, i giudici potranno procedere al comminare dei provvedimenti, fino alla squalifica dell'atleta stesso.

La lunghezza dei percorsi sono :

- Senior maschile : 3.000 m.
- Senior femminile: 2.200 m.
- Junior maschile: 2.500 m.
- Junior femminile: 1.500 m.

Possibili variazioni saranno comunicate prima dell'inizio della gara:

6. PALLAVOLO

1. La gara si svolge giocando 6 contro 6.
2. La gara si svolge avendo sempre in campo almeno due ragazze e due ragazzi.
3. La partita inizierà con il sorteggio del campo di gioco (lancio moneta oppure pari/dispari).
Chi perde il sorteggio avrà il diritto a battere la prima palla.
4. La durata della partita è stabilita prima dell'inizio della gara (Es.:15 a set)
5. Vince la squadra che si aggiudica per prima 2 set.

7. CALCIO A 5

1. La gara si svolge giocando 5 contro 5, di cui uno assume il ruolo di portiere.
2. La gara si svolge avendo sempre in campo almeno due ragazze.
3. La rete segnata sarà valida solo se l'azione che la determina vedrà almeno un tocco di una delle ragazze in campo.
4. La partita inizierà con il sorteggio del campo di gioco (lancio monetina oppure pari/dispari). Chi perde il sorteggio avrà il diritto a battere la prima palla.
5. Tutti possono realizzare reti da qualsiasi parte del campo
6. La rimessa dal fondo avviene con le mani
7. La rimessa laterale e i calci d'angolo vengono rimessi con i piedi mantenendo la palla ferma.
8. La gara prevede due tempi con un riposo di 3 minuti circa. La durata di ogni tempo è fissata in 15 minuti (La durata della gara potrebbe variare in caso di necessità organizzative. La variazione sarà comunque comunicata prima dell'inizio)
9. Vince la gara la squadra che allo scadere del tempo avrà realizzato più reti.
10. In caso di parità di reti al termine del tempo della gara, si procede ad una serie di calci di rigori "veloci" (3 tiri, dei quali almeno 1 tirato da una ragazza)