

Regolamento UNDER 10 femminile MINIVOLLEY

Art.1 – ATTIVITA' SPORTIVA

A - L'attività avrà luogo attraverso lo svolgimento delle seguenti gare:

- **TORNEO DI MINIVOLLEY**
- **PROVE ALTERNATIVE**
 - **BIATHLON** *gara individuale a cronometro su un percorso di 1000 mt circa parte a piedi e parte in bicicletta*
 - **CAMPESTRE A CRONOMETRO** *gara individuale su un percorso di m. 600*
 - **TENNIS DOLCE** *gara individuale su campo ridotto, pallina di spugna e racchetta leggera*
 - **GIMKANA GINNICA** *percorso con diverse abilità e difficoltà*
 - **ORIENTEERING** *prova a cronometro per esplorare consapevolmente il territorio, nella quale si dovrà raggiungere il traguardo attraverso una serie di punti di controllo*
 - **TRIATHLON ATLETICO** *prova comprendente m. 60 piani, lancio del vortex e salto in lungo*

B – L'iscrizione al torneo Polisportivo rende obbligatoria la partecipazione ad almeno 4 delle 6 prove alternative sopra indicate con un minimo di 4 atleti partecipanti a prova, pena l'esclusione dalle classifiche.

Art. 2 – TORNEO DI MINIVOLLEY

Il torneo si svolge attraverso incontri tra due Società secondo un calendario prefissato. Ogni società compone tante squadre a seconda del numero di atlete presenti (ogni squadra è composta da un minimo di 3 ad un massimo 4 elementi).

Tutte le squadre così composte si incontrano in un girone all'italiana di sola andata (tutte le squadre incontrano tutte le altre).

Ogni partita viene giocata sulla base di un tempo prefissato di volta in volta in funzione del numero complessivo di gare da giocare.

Al termine di ogni partita vengono assegnati 2 punti in caso di vittoria, 1 punto in caso di pareggio, 0 punti in caso di sconfitta.

La classifica di giornata sarà composta dalla sommatoria dei punti ottenuti da ciascuna squadra prendendo come riferimento il numero minimo di squadre composte da ciascuna società.

Ad esempio: la società Alfa con 9 atlete compone 3 squadre, la società Beta con 14 atlete compone 4 squadre. Pertanto, la classifica finale di giornata prenderà in considerazione tutti i risultati delle squadre della Società Alfa e i migliori 3 risultati di squadra della Società Beta.

La Società presenta in anticipo la suddivisione delle atlete in squadre attraverso la distinta di gara. La composizione delle squadre non può essere cambiata tra una partita e l'altra, mentre può essere cambiata nelle diverse giornate.

È consentita la partecipazione di atleti maschi.

- a) La partecipazione all'attività CSI di atleti tesserati FIPAV è regolamentata dal regolamento nazionale dell'attività sportiva "Sport in Regola".
- b) La Società ospitante predispone i campi e il tabellone per la giornata.
- c) In ogni incontro tutte le squadre di una Società devono giocare contro tutte quelle dell'altra. Ogni squadra deve giocare almeno tre partite.
- d) **Durata della partita:** 5 minuti o diversamente stabilito in funzione del numero delle gare complessive.
- e) **Punteggio partita:** 2 punti alla squadra vincente, 1 punto a ciascuna squadra in caso di pareggio, 0 punti alla squadra perdente.
- f) **Punteggio giornata:** al termine dell'incontro si sommano i punti ottenuti dalle squadre della stessa Società con i criteri di cui sopra. Alla Società che realizza più punti vengono assegnati 3 punti per la classifica finale, alla

perdente 1 punto. In caso di parità vengono assegnati due punti a ciascuna squadra.

g) Attrezzature e campo di gioco:

- Campo: m 6x9
- Rete: 170 cm
- Pallone: Mikasa SKV5 Kids (o similare)

h) Indicazioni di gioco:

- Il gioco inizia con la battuta dal basso da dietro la linea di fondo. Possono essere effettuate al massimo tre battute consecutive dopo di che viene eseguito il cambio palla. La squadra avversaria fa la rotazione prima della battuta. Per la turnazione in battuta si segue un ordine predefinito.
- La palla può essere fermata due volte. Dopo l'arresto si riparte con auto-alzata e palla respinta. Chi blocca la palla può orientarsi per passarla. Il secondo e l'eventuale terzo tocco devono essere effettuati al volo.
- Devono essere effettuati almeno un passaggio, al massimo due. Occorre quindi rimandare la palla nel campo avversario dopo due o tre tocchi.

Si realizza un punto se:

- La palla cade nel campo avversario.
- La palla cade fuori dal campo dopo un colpo dell'avversario.
- Una squadra rilancia direttamente con un colpo respinto o bloccato verso il campo avversario senza aver eseguito almeno un passaggio fra compagni.
- Il passaggio al compagno o all'avversario viene fatto con lancio e non con palla respinta.

Art. 3 – CAMPESTRE A CRONOMETRO INDIVIDUALE

Il percorso dovrà essere possibilmente pianeggiante su fondo erboso con piccoli ostacoli naturali facilmente prevedibili.

- a)** I concorrenti non possono gareggiare con scarpe munite di chiodi o di altri appigli di qualsiasi materiale che modifichino la suola che deve essere uniformemente livellata.
- b)** I concorrenti gareggeranno con i numeri di gara da ritirarsi prima della gara in segreteria.

- c)** La partenza della prova di corsa campestre (metri 600) verrà data individualmente con un intervallo di 15 secondi fra un concorrente e l'altro, ad ogni tempo corrisponderà un punteggio.
- d)** Ai non partenti e agli squalificati non sarà assegnato alcun punteggio.
- e)** Ai ritirati nel corso della gara verranno assegnati 100 punti.

Art. 4 – BIATHLON

- a)** La gara individuale prevede un percorso da compiere in mountain-bike di m. 700 e prosegue con m. 300 circa di corsa.
- b)** La partenza della prova di biathlon verrà data individualmente con un intervallo di 15 secondi fra un concorrente ed il successivo.
- c)** È prevista un'unica manche.
- d)** Ai non partenti e agli squalificati non sarà assegnato alcun punteggio.
- e)** Ai ritirati nel corso della gara verranno assegnati 100 punti.

Art. 5 – TENNIS DOLCE

- a)** Tutta l'attività si svolgerà con il sistema ad eliminazione diretta con recupero (tabelloni) e tutti gli incontri saranno disputati al meglio di 2 sets su 3 fino ai 7 punti.
- b)** L'attività si svolgerà su campi di m 3x6 divisi da una rete; si useranno racchette di plastica e palline di spugna.
- c)** Ai non partenti e agli squalificati non sarà assegnato alcun punteggio.
- d)** Ai ritirati nel corso della gara verranno assegnati 100 punti.

Art. 6 – GIMKANA GINNICA

- a)** La gara prevede l'effettuazione di un percorso obbligato in palestra comprendente diverse abilità e difficoltà da affrontare.
- b)** Sono previsti: penalizzazioni e abbuoni, in secondi conteggiati sul tempo finale.
- c)** La gara di gimkana ginnica prevede l'effettuazione di due prove con classifica finale sulla scelta del miglior tempo ottenuto.
- d)** Ai non partenti e agli squalificati non sarà assegnato alcun punteggio.
- e)** Ai ritirati nel corso della gara verranno assegnati 100 punti.

Art. 7 – TRIATHLON ATLETICO

- a)** Questa attività è prevista mediante un concentramento unico sul campo di atletica leggera, per l'effettuazione delle seguenti gare: m 60 piani, salto in lungo (2 tentativi), lancio del vortex (2 prove).
- b)** Per il salto in lungo ed il lancio del vortex, verrà scelta per la classifica la prova migliore.
- c)** Verrà assegnato un unico punteggio. Lo stesso terrà conto delle classifiche di ognuna delle 3 prove; la somma dei 3 punteggi ottenuti sarà la base per stabilire l'ordine di classifica per l'assegnazione dei punteggi polisportivi come all'Art. 10.
- d)** Ai non partenti e agli squalificati non sarà assegnato alcun punteggio.
- e)** Ai ritirati nel corso della gara verranno assegnati 100 punti.
- f)** Nel caso di due salti o lanci nulli, verranno assegnati 300 punti.

Art. 8 – ORIENTEERING (regolamento in fase di definizione)

Art. 10 – PUNTEGGI

Per quanto riguarda le prove alternative ad ogni singolo atleta verranno assegnati i seguenti punteggi:

1° classificato	600 punti
2° classificato	590 punti
3° classificato	580 punti
4° classificato	570 punti

e via di seguito scalando fino a 300 punti.

Per quanto riguarda l'attività di minivolley alle squadre verrà assegnato il seguente punteggio:

1 ^a classificata	600 punti
2 ^a classificata	570 punti
3 ^a classificata	540 punti
4 ^a classificata	510 punti

e via di seguito scalando fino a 300 punti.

Art. 11 – CLASSIFICA GENERALE INDIVIDUALE E PER SOCIETA'

Sulla base dei punteggi individuali ottenuti sarà redatta una classifica generale individuale comprendente il punteggio del minivolley e la sommatoria di cinque su sei punteggi polisportivi ottenuti individualmente nel corso delle prove disputate.

Agli atleti che avranno partecipato a tutte e sei le prove alternative verrà assegnato un bonus di 300 punti.

Agli atleti che avranno partecipato a cinque prove alternative verrà assegnato un bonus di 200 punti.

Agli atleti che avranno partecipato a quattro prove alternative verrà assegnato un bonus di 100 punti.

La classifica di Società sarà redatta sulla base dei punteggi acquisiti dai migliori classificati per ciascuna Società, prendendo in considerazione il numero di atleti tesserati, per la categoria, della Società meno numerosa (al massimo 10).

Art. 12 – RITARDI ALLE PROVE ALTERNATIVE

Le società che arriveranno in ritardo sull'orario previsto dell'inizio delle gare inizieranno l'attività "in coda" rispetto all'ordine di partenza.

Art. 13 – RECLAMI

Eventuali reclami dovranno essere in forma scritta e forniti di prove, indirizzati al Giudice Unico del CSI Como.