



**IISBACHELET TEAM CHALLENGE**

Lunedì 30 Marzo – Venerdì 3 Aprile

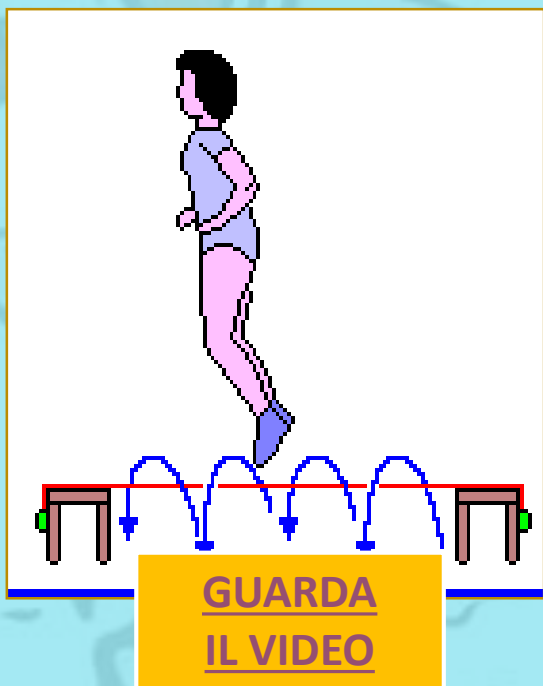
**#LONTANImaINSIEME...**

**...solo sport 3**



# LE SFIDE

**SETTIMANA UNO :**  
**da lunedì 30 Marzo a venerdì 3 aprile**



**SALTELLI LATERALI DX – SX  
SUL POSTO A PIEDI UNITI**

sostituisci l'ostacolo con un asciugamani arrotolato o  
una funicella distesi a terra o quello che vuoi tu

**CONTA OGNI SCAVALCAMENTO**

prepara il timer... **HAI 30 SECONDI**

Pronti... **VIA!!**

**IISBACHELET TEAM CHALLENGE**

# REGOLAMENTO

- ESEGUI L'ESERCIZIO DELLA SFIDA PER 30 SECONDI CONTANDO LE RIPETIZIONI; OGNI GIORNO HAI AL MASSIMO TRE TENTATIVI PER STABILIRE IL TUO RECORD
- SCRIVI AL TUO CAPITANO IL RECORD DEL GIORNO
- IL CAPITANO RACCOGLIE ENTRO LE 19,00 I RECORD DEL GIORNO DI TUTTI I PARTECIPANTI DELLA CLASSE, LI SOMMA E POI LI DIVIDE PER IL NUMERO DEI COMPONENTI DELLA CLASSE
- **Attenzione:** se non partecipate tutti il risultato della classe sarà meno positivo
- IL CAPITANO AL TERMINE DELLA SETTIMANA (Sabato) COMUNICA (con WApp) AL PROPRIO INSEGNANTE DI SCIENZE MOTORIE LA MEDIA DI OGNI GIORNO
- I PROF COMPILANO LA CLASSIFICA SETTIMANALE FRA LE CLASSI E LA PUBBLICANO SUL SITO DELLA SCUOLA

**e ATTENZIONE :**

**GIOCO PULITO**

IISBACHELET TEAM CHALLENGE

*Soddisfa di più una sconfitta pulita dove hai dato tutto, piuttosto che una vittoria ottenuta barando.  
(Yuri Chechi)*

*Praticare uno sport non deve fondarsi sull'idea del successo, bensì sull'idea di dare il meglio di sé.  
(Gabriella Dorio)*



*Il talento ti fa vincere una partita. L'intelligenza e il lavoro di squadra ti fanno vincere un campionato.  
(Michael Jordan)*