



PROVINCIA DI MONZA E DELLA BRIANZA
COMUNE DI
COGLIATE

FESTA DELLO SPORT

CENTRO SPORTIVO COMUNALE
VIA MONTELLO - COGLIATE (MB)

23-09-23

APERTURA EVENTO 9:00: MATTINA

DALLE ORE 9:15:

GRUPPO CAMMINO:
PASSEGGIATA DI CIRCA 8KM

DALLE ORE 9:30:

MOTO CLUB MISINTO + COGLIATE :
PERCORSO MINIMOTO

ALLENAMENTO E DIMOSTRAZIONE GDM

DIMOSTRAZIONI DI:
• MTB • JUDO • TCHOUKBALL

DALLE ORE 14:00:

MOTO CLUB MISINTO + COGLIATE :
PERCORSO MINIMOTO

TORNEI: PALLAVOLO • CALCIO

ALLENAMENTO E DIMOSTRAZIONI:
• GDM • ATLETICA • MTB • JUDO • TCHOUKBALL •

POMERIGGIO

DALLE ORE 17:00:

DIMOSTRAZIONE:
BALLA & SNELLA • BALLI DI GRUPPO

DALLE ORE 18:
PRESENTAZIONE SQUADRE CALCIO

PREMIAZIONI CONTEST

CONTEST

1° PREMIO WEEK-END PER 4 PERSONE

Tornei famiglia

MINI TORNEI A PUNTI CON LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE
PRIMO PREMIO 1 WEEK-END PER 4 PERSONE

ASSOCIAZIONI SPORTIVE



DALLE 9.30

PUNTO RISTORO
AREA GIOCHI BIMBI
MERCATINI DI HOBBISTICA
E ARTIGIANATO
TUTTA LA GIORNATA

ORE 19:00 CHIUSURA FESTA



PROVINCIA DI MONZA E DELLA BRIANZA

COMUNE DI
COGLIATE**CONTEST**

1° PREMIO WEEK-END PER 4 PERSONE

Tornei famiglia

FESTA DELLO SPORT

23-09-23

REGOLE DEL TORNEO

L'obbiettivo è quello di far conoscere le attività presenti sul nostro territorio e farle provare direttamente, attraverso alcune semplici prove. Le prove sono rivolte principalmente alle famiglie (1 genitore e 1 figlio/a fino ad un'età massima di 16 anni), che insieme affronteranno le prove e accumuleranno il maggior numero di punti.

LA FAMIGLIA CON IL PUNTEGGIO PIÙ ALTO, SI AGGIUDICHERÀ UN WEEKEND PER 4 PERSONE.

COME RACCOGLIERE I PUNTI:

DALLE ORE 9:00

Presentarsi all'orario indicato e camminare (insieme ad altre persone su un percorso semplice di circa 8 km). Unica prova a cui possono accedere più persone dello stesso nucleo familiare.

2 punti per ogni figlio, 1 punto per ogni adulto. Più siete, più punti accumulate

DURANTE TUTTA LA GIORNATA



PROVA DI ATLETICA:
GENITORE + FIGLIO/A.

Sia il genitore che il figlio/a effettueranno

2 lanci a testa del VORTEX.

Lancio entro i 10 metri = **1 punto**

Tra i 10 e i 20 metri = **3 punti**

Oltre i 20 metri = **5 punti**

Si potranno provare il salto in lungo e la velocità ma non daranno punteggi.



PROVA DI JUDO:
GENITORE + FIGLIO/A.

Recatevi presso l'area Judo.

Qui troverete un TATAMI (tappeto) ed un atleta ad aspettarvi.

A Turno, sia il genitore che il figlio/a, partendo da una posizione in ginocchio, dovranno cercare di schienare l'atleta entro 1 minuto.

1 punto schienare l'atleta di Judo

3 punti schienato + posizione per almeno 5 secondi



PROVE CALCIO:
GENITORE + FIGLIO/A.

Troverete una porta divisa in settori. Ogni settore assegnerà dei punti nel caso lo centrate.

**3 tiri a disposizione dell'adulto
3 per il figlio/a**



PROVE DI PALLAVOLO: GENITORE + FIGLIO/A.

1) 10 BATTUTE a testa

con campo diviso in macro zone.

2 punti per le battute fuori dai 3 metri

5 punti per le battute entro i 3 metri

0 punti per le battute sbagliate adulti

1 punto per le battute sbagliate figlio/a

2) PALLEGGI consecutivi

tra genitore e figlio/a in 1 minuto

< 5 palleggi = 1 punto

Da 6 a 15 palleggi = 2 punti

Oltre i 16 palleggi = 3 punti

3) SCHIACCIATE (3 a testa)

Adulto = 1 punto con palla in campo,
0 punti per errore

Bimbi = 2 punti con palla in campo,
1 punto nel caso di errore



PROVA GDM: GENITORE + FIGLIO/A.

La sfida riguarderà i piegamenti.

A turno sia il genitore che il figlio/a effettueranno più piegamenti possibili in 45 secondi

ADULTI:

< 15 piegamenti = 1 punto

Tra 16 e 25 piegamenti = 3 punti

Oltre i 25 piegamenti = 5 punti

FIGLIO/A

< 15 piegamenti = 2 punti

Tra 16 e 25 piegamenti = 5 punti

Oltre i 25 piegamenti = 7 punti

PROVA FINALE, DOVE VERRANNO ASSEGNATI MOLTI PUNTI...A SORPRESA

LA PARTECIPAZIONE E' GRATUITA