

Disposizioni relative alle competizioni sportive per persone con disabilità

1. Partecipazione

Possono partecipare tutte le sportive e tutti gli sportivi con disabilità affiliati a un gruppo sportivo di PluSport, Procap, Sport svizzero in carrozzella o a un'altra istituzione per persone con disabilità.

2. Gara a squadre di atletica leggera

Le squadre sono composte da un minimo di 6 e un massimo di 12 persone.

2.1. Discipline

Lancio del peso, corsa di 80 m, lancio della palla e salto in lungo

2.2. Valutazione e riconoscimenti

Per ogni disciplina si inseriscono nella valutazione i sei risultati migliori. La squadra con il punteggio più alto vince la rispettiva disciplina. Vincitrice della gara a squadre di atletica leggera sarà la squadra che vincerà il maggior numero di discipline. Se due squadre vincono due discipline ciascuna, vince la squadra che ha ottenuto più secondi piazzamenti. In caso di pareggio, vince la squadra con meno sportive/sportivi, in quanto non ha avuto risultati annullati, o ne ha avuti meno. Le prime tre squadre ricevono rispettivamente medaglie d'oro, d'argento e di bronzo.

3. Fit+Fun

Le squadre sono composte da quattro persone. La gara segue il Regolamento delle competizioni di PluSport Svizzera: [en français](#) / en [allemand](#)

3.1. Discipline

La gara si articola su tre discipline con due prove ciascuna.

Disciplina 1: Esercizio 1a) Staffetta di calcio / Esercizio 1b) Zone ball

Disciplina 2: Esercizio 2a) Unihockey a squadre / Esercizio 2b) Palla a 8

Disciplina 3: Esercizio 3a) Street Racket / Esercizio 3b) Anello di gomma crepla

3.2. Valutazione e riconoscimenti

La squadra con il punteggio totale più alto nelle tre discipline vincerà la gara Fit+Fun. A parità di punteggio totale vince la squadra che si è aggiudicata più discipline. Le prime tre squadre ricevono rispettivamente medaglie d'oro, d'argento e di bronzo.

Gara a squadre di atletica leggera / regolamento

Corsa di 80 m: (Quartiere Lac)

1 tentativo valido

- + si disputa sull'erba
- + ogni atleta corre sulla corsia assegnata che non può abbandonare (eccezione: atlete o atleti con disabilità visiva/ipovedenti)
- + atlete e atleti con disabilità visiva/ipovedenti partono da sole/i e poi sono assistite/i da guide
- + la partenza avviene al comando: «Pronti, partenza, via!»
- + le atlete sorde/gli atleti sordi ricevono anche un segnale visivo dal capogruppo
- + due partenze non valide causano la squalifica
- + posizione di partenza libera (senza blocchi di partenza)

Salto in lungo: (Quartiere Lac)

1 tentativo e 3 tentativi misurati

- + si svolge su una pedana temporanea in materiale sintetico con atterraggio in una fossa di sabbia
 - + i singoli turni avvengono dietro chiamata nominativa nell'ordine indicato nella scheda
 - + il salto viene eseguito con rincorsa e su una gamba sola
 - + la zona del salto (80 cm) è delimitata da marcature
 - + la lunghezza del salto viene misurata dal punto di contatto più avanzato in fase di salto a quello più arretrato
 - in fase di atterraggio.
 - + se si supera la zona limite anteriore, il salto è nullo
 - + se il salto avviene prima della zona limite posteriore, il salto viene misurato dalla zona limite posteriore
 - + è consentito il supporto acustico per persone con disabilità visive/ipovedenti.
- Regole basate sulla [scheda tecnica Salto in lungo](#) (en français) di Swiss Athletics

Lancio del peso: (Quartiere Lac)

Tentativo e 3 tentativi misurati

- + i singoli turni avvengono dietro chiamata nominativa nell'ordine indicato nella scheda
 - + il lancio avviene con o senza rincorsa da una pedana circolare in calcestruzzo del diametro di 2,135 m
 - + il peso deve essere lanciato con una mano
 - + il settore di caduta ha un'apertura angolare di 34,94°
 - + sfera per donne: 3 kg
 - + sfera per uomini: 5 kg
 - + la lunghezza del lancio viene misurata dal bordo interno del fermapiedi fino al bordo posteriore del punto di caduta della sfera
 - + se la sfera cade al di fuori del settore di caduta, il lancio è nullo
 - + se l'atleta abbandona la pedana dopo il lancio, il lancio viene comunque misurato
- Regole basate sulla [scheda tecnica Lancio del peso](#) (en français) di Swiss Athletics

Lancio della palla: (Quartiere Lac)

1 tentativo e 3 tentativi misurati

- + viene eseguito nell'impianto del lancio del giavellotto
 - + la rincorsa avviene su una pedana temporanea in materiale sintetico
 - + i singoli turni avvengono dietro chiamata nominativa nell'ordine indicato nella scheda
 - + il lancio avviene da in piedi o da seduti
 - + le atlete e gli atleti possono scegliere se eseguire il lancio con o senza rincorsa
 - + peso della palla per donne e uomini: 200 g
 - + la lunghezza del lancio viene misurata dal bordo interno del fermapièdi o della linea di lancio fino al bordo posteriore del punto di caduta della palla
 - + se la palla cade al di fuori del settore di caduta, il lancio è nullo
 - + se l'atleta supera la zona di lancio, il tentativo in questione non è considerato nullo.
- Regole basate sulla [scheda tecnica Lancio della palla](#) (en français) di Swiss Athletics

Fit+Fun / regolamento

Secondo il Regolamento delle competizioni di PluSport Svizzera: [en français](#) / en [allemand](#)