

"Giochi e sapori in Barbagia 2009"

1° TORNEO DI "Braccio di ferro"

L'Amministrazione Comunale di Belvi organizza in collaborazione col Comitato Provinciale Uisp di Sassari, all'interno della manifestazione "Giochi e sapori in Barbagia", il Torneo di "Braccio di ferro" al quale tutti i ragazzi dai 6 ai 17 anni sono invitati a partecipare.

Campo da gioco: il torneo verrà giocato su una superficie piana priva di appoggi.

Categorie: **6/8 (entrambi i sessi)**
9/11(entrambi i sessi)
12/14 (maschi) 12/14 (femmine)
15/17 (maschi) 15/17 (femmine)

Le categorie di peso saranno ridefinite dall'organizzazione alla scadenza del termine ultimo di iscrizione del 14/10/2009 in base al numero degli iscritti.

Quest'anno vi sarà offerta l'opportunità di misurarvi in un torneo con scontri diretti ad eliminazione utilizzando le stesse regole con cui giocavano i nostri nonni. Sono regole semplici che vanno rispettate per la sicurezza di entrambi i giocatori e per far vincere la sana competizione.

Svolgimento e regole del gioco:

- Posizione di partenza con le mani ben serrate e perpendicolari al centro del tavolo.
- Gomiti ben appoggiati sulla superficie piana
- Alla partenza il bicipite non deve appoggiarsi all'avambraccio.
- Il braccio non impegnato nella presa deve essere portato dietro la schiena.
- E' vietato attaccarsi al bordo del tavolo.
- Le spalle parallele alla linea del tavolo.
- Le nocche dei pollici ben visibili.
- Il centro dei due polsi deve essere allineato con il centro del tavolo.
- E' proibito alzare i gomiti dal piano, il richiamo sarà considerato come un fallo (il doppio fallo comporta la sconfitta del match)
- E' proibito tenere contemporaneamente entrambe le gambe alzate dalla pedana una a scelta dell'atleta deve essere sempre appoggiata a terra, (il doppio fallo comporta la sconfitta del match).
- La presa non deve causare dolore all'avversario.
- Vince chi riesce a piegare il braccio dell'avversario sul piano del tavolo.
- E' gradito un rispetto sportivo con una stretta di mano tra i due atleti prima e dopo il match.

Il primo di ogni categoria sarà premiato con uno skateboard.

Le iscrizioni al Torneo dovranno pervenire al Comitato Provinciale Uisp di Sassari entro e non oltre il giorno **14/10/2009**.

Il torneo si svolgerà esclusivamente nella giornata del 18/10/2009.

Per ulteriori informazioni e chiarimenti rivolgersi al Comitato Provinciale Uisp di Sassari – Ref. Marianna Marcucci tel. 3286268983 o 079/2825033