

ADMITEREA ÎN CLASA a IX-a – profil sportiv/schi
GRAFICUL DESFĂȘURĂRII PROBELOR DE APTITUDINI
SPORTIVE

VINERI – 20 MAI 2022:

➤ **Ora 9⁰⁰ – locul desfășurării: *Sala de sport***

Schi alpin:

- sărituri succesive în lateral peste ștacheta situată la 10 cm de sol, timp de 10 secunde;
- săritura în lungime de pe loc;
- slalom pe uscat – 20 fanioane la interval de 2,5 m, distanță 50 m.

Schi fond:

- alergare de rezistență 800 m fete și 1600 m băieți;
- flotări din sprijin pe brațe, la paralele;
- pentasalt;
- tracțiuni.

➤ **Ora 11³⁰ – locul desfășurării: *Pârția Sorica***

Schi alpin proba tehnică:

- schi pe iarbă pe traseu de slalom cu 12 porți, incluzând o dublă și o șicană din 3 porți;

Schi fond:

- deplasare pe schi role - stil clasic, pe distanțe stabilite de comisia de examinare;
- demonstrarea mersului alternativ și simultan pe schiuri cu role-stil clasic.

Obs.!

- ✓ Candidații vor opta pentru susținerea probelor de schi alpin sau schi fond.
- ✓ Dacă vremea este nefavorabilă, probele de schi se pot desfășura în sala de sport.
- ✓ Conform metodologiei, nu se admit contestații la probele de aptitudini sportive.