

ATLETISME

Comencem el curs i ens hem de posar en forma.

Quina millor manera de fer-ho que treballant l'atletisme, un esport molt complet.

Ja tinc ganes de començar,
segur que treballarem de valent!



EN AQUESTA UNITAT DIDÀCTICA
ENS HEM PLANTEJAT ELS SEGÜENTS OBJECTIUS:

- Conèixer les característiques principals de l'Atletisme.
- Identificar els diferents apartats: curses, concursos i proves combinades.
- Aprendre algunes normes sobre espais i materials utilitzats.



Categorize text

 Edit  Reload  Help

Atletisme

Triatló

Loading ...

Ciclisme

Córrer

Llançament de disc

100m llisos

Salt de llargada

Nedar

Choose the right answer

 Edit  Reload  Help

En quins 3 tipus d'apartats classifiquem les proves d'atletisme?

- 1. Curses, concursos i proves combinades.
- 2. Carreres, heptatló i decatló.
- 3. Salts, llançaments i disc.

Loading ...

Choose the right answer

 Edit  Reload  Help

L'atletisme és la prova internacional més coneguda als Jocs Olímpics, els quals es celebren cada:

☐ 1. 2 anys.

☐ 2. 4 anys.

☐ 3. 8 anys.

Loading ...

Choose the right answer

 Edit  Reload  Help

Quins són els tres tipus de llançaments?

- ☐ 1. Llançament de pes, de llargada i de disc.
- ☐ 2. Llançament de pes, d'alçada i de javelina.
- ☐ 3. Llançament de pes, de disc i de javelina.

Loading ...

Order sentences

 Edit  Reload  Help

La recta principal

mesura 100 metres.

d'una pista d'atletisme

Loading ...

Order sentences

 Edit  Reload  Help

de la pista

La distància total

són 400 metres.

Loading ...

Order sentences

 Edit  Reload  Help

this is

sentence

an example

Loading ...

A LA WEB D'ATLETISME.COM TROBAREU MÉS INFORMACIÓ SOBRE CURSES, EQUIPAMENTS, ATLETES DESTACATS, SALUT...

cercador temàtic

Totes

seccions

- atletes
- llibres
- calendari
- classificacions
- equipament
- enllaços
- entrenament
- fotos
- notícies
- salut
- lliga d'internautes
- llista de correu


FEDERACIÓ CATALANA
d'ATLETISME

webs

- Atletisme Girona
- Atletisme Lleida
- Federació catalana
- Federació espanyola
- Marató Barcelona
- Marató Mediterrani
- Marató d'Empúries



CERCADOR D'EQUIPAMENT

adidas running presenta: las nuevas Supernova Glide Boost

28-11-2013 - ADIDAS



Boost llega al modelo estrella de la zapatilla de entrenamiento de adidas

Os presentamos la actualización definitiva de nuestra zapatilla de entrenamiento estrella, la Supernova Glide Boost.

En esta actualización, se ha incluido Boost en toda la mediasuela, el revolucionario material que te va a proporcionar la máxima amortiguación desde la primera hasta la última zancada.

La mediasuela queda separada en dos partes: una primera capa de EVA con una densidad especial y extendida en toda la planta que sujetará al pie en el primer impacto. Una segunda capa: nuestra tecnología boost, la mejor amortiguación. Esta perfecta combinación entre EVA y boost hará que nuestra pisada sea mucho más amortiguada y progresiva, eso sí, sin perder nada de dinamismo.

La excelencia avanza con la nueva Triumph 11

12-11-2013 - Estibaliz Reyero

La última zapatilla de Saucony posiciona el cuerpo de una forma más natural y favorece las transiciones para un mayor rendimiento



CUR
10

26
20
11:00

1ª e
Sa
o

