BAREMOS 20´/1.500M. – PRUEBA COMBINADA

1.500 m chicos	Escalera chicos	Potro exterior	Equilib invertido	Malabares	Zancos	Saltos 30”	Dobles 30”	Cruces 30”
11’00” = 0	0 = 0	0 altura = 5		0 = 0	0 = 0	40 = 3	0 = 0	0 = 0
10’00” = 1	4 = 1	2 altura = 6	No superado	1 = 0,5	2 = 0,5	42 = 3,2	1 = 1,5	1 = 0,5
9’00” = 2	6 = 2	5 altura = 7	restar 0,25	2 = 1	4 = 1	44 = 3,4	2 = 3	2 = 0,9
8’00” = 3	9 = 3	7 altura = 8		3 = 1,5	6 = 1,5	46 = 3,6	3 = 4	3 = 1,3
7’30” = 4	12 = 4	+interior = 9	Con apoyo:	4 = 2	8 = 2	48 = 3,8	4 = 5	4 = 1,7
7’00” = 5	15 = 5	+longit = 10	no sumo	5 = 2,5	10 = 2,5	50 = 4	5 = 5,3	5 = 2,1
6’30” = 6	20 = 6	**chicas**	ni resto	6 = 3	12 = 3	52 = 4,2	6 = 5,6	6 = 2,5
6’10” = 7	25 = 7			7 = 3,5	14 = 3,5	54 = 4,4	7 = 5,9	7 = 3
5’50” = 8	30 = 8	0 altura = 5	Sin apoyo:	8 = 4	16 = 4	56 = 4,6	8 = 6,2	8 = 3,4
5’20” = 9	35 = 9	2 altura = 6	sumo 0,25	9 = 4,5	18 = 4,5	58 = 4,8	9 = 6,5	9 = 3,8
5’00” = 10	40 = 9,5	4 altura = 7		10 = 5	20 = 5	60 = 5	10 = 6,8	10 = 4,2
	45 = 10	6 altura = 8	Sin apoyo:	15 = 5,4	21 = 5,5	64 = 5,4	11 = 7,1	11 = 4,6
		7 altura = 9	5 segundos	20 = 5,8	22 = 6	68 = 5,8	12 = 7,4	12 = 5
		interior +1	sumo 0,50	25 = 6,2	23 = 6,5	70 = 6,2	13 = 7,7	13 = 5,3
chicas	**chicas**	longit +1		30 = 6,6	24 = 7	72 = 6,6	14 = 8	14 = 5,6
			Flexibilid	35 = 7	25 = 7,5	74 = 7	15 = 8,3	15 = 5,9
12’00” = 0	0 = 0		**As Os**	40 = 7,5	26 = 8	76 = 7,4	16 = 8,6	16 = 6,2
11’00” = 1	3 = 1	**Plinto**		45 = 8	27 = 8,5	78 = 7,8	17 = 8,9	17 = 6,5
10’00” = 2	5 = 2		0 = 0 = -10	50 = 8,5	28 = 9	80 = 8,2	18 = 9	18 = 6,8
9’00” = 3	6 = 3	No superado	2 = 1 = - 8	55 = 9	29 = 9,5	82 = 8,6	19 = 9,3	19 = 7,1
8’30” = 4	7 = 4	restar 0,25	4 = 2 = - 6	60 = 9,5	30 = 10	84 = 9	20 = 9,6	20 =7,4
8’00” = 5	8 = 5	Superado	6 = 3 = - 4	65 = 10		86 = 9,4	21 = 9,9	21 = 7,7
7’30” = 6	12 = 6	ni sumo	8 = 4 = - 2	Ejer parejas	**Trepa**	88 = 9,7	22 = 10	22 = 8
7’10” = 7	15 = 7	ni resto	10 = 5 = 0	sumo 0,25	2 chicas	90 = 10		23 = 8,3
6’50” = 8	18 = 8	Piernas	12 = 6 = 2		3 chicos		**Taichi**	24 = 8,6
6’20” = 9	20 = 9	rectas	14 = 7 = 4	**Abdomin**	ni sumo			25 = 8,9
6’00” = 10	22 = 9,5	sumo 0,25	16 = 8 = 6		ni resto		Restar 0,25	26 = 9,2
	25 = 10		18 = 9 = 8	Restar 0,25	+/- 0,25		por cada	27 = 9,4
			20 =10=10	por cada	por cada		sección no	28 = 9,6
				serie no	trepa extra o no realizada		superada	29 = 9,8
				superada				30 = 10

20 minutos chicos/chicas: suficiente

Fórmula para hallar la nota final de resistencia y mínimos

$$x = \frac{\text{saltos + dobles + cruces + malaba 1º+2º + potro + zancos + escalera + flexibili}}{9}$$

$$\text{Puntuación final} = \frac{20´/1.500\ m. + x}{2} \text{ +/ - trepa, abdom., plinto, potro, malab, equilibrio, taichi=}$$