



## Proposta Regolamento Fase Territoriale Regionale

<b>SEDE - LUOGO</b>	
<b>IMPIANTO SPORTIVO</b>	
<b>PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE REGIONALE</b>	
<b>ORGANIZZAZIONE</b>	FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO COMITATO
<b>DIREZIONE ATTIVITA'</b>	FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO COMITATO
<b>PARTECIPANTI</b>	Possono partecipare Atleti, tesserati FITeT, dei Settori Agonistico e Promozionale, nati a partire da <b>01/01/2014</b> in rappresentanza di Scuole di Tennistavolo FITeT e di Delegazioni dei Comitati Regionali FITeT.
<b>COMPETIZIONI PPK MANIFESTAZIONE REGIONALE 2025</b>	<b>A - Quattro prove di Singolare di tennistavolo</b> <b>Settore Femminile</b> <b>1. Over 1000 punti Ranking FITeT</b> <b>2. Under 1000 punti Ranking FITeT e promozionali</b> <b>Settore Maschile</b> <b>1. Over 2000 punti Ranking FITeT</b> <b>2. Under 2000 punti Ranking FITeT e promozionali</b> <b>Il Ranking di riferimento sarà quello in essere alla data del 01 Marzo 2025.</b>  <b>B - Un complesso di Prove di abilità motoria (4 Attività)</b>

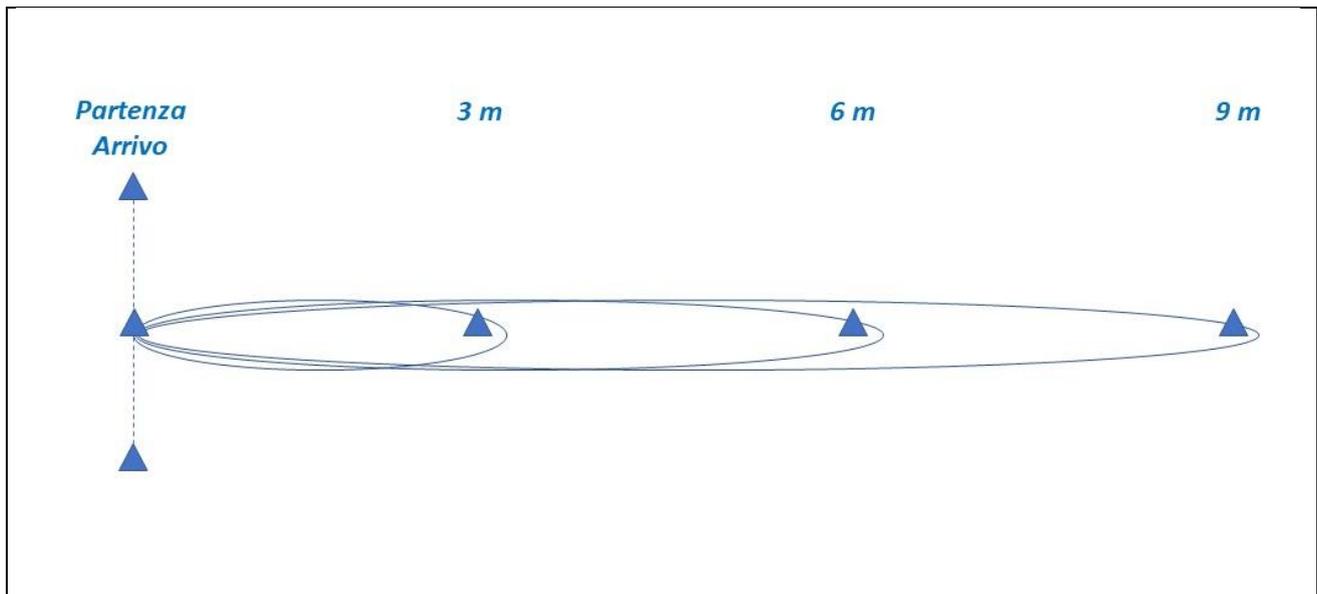
<b>DETTAGLI COMPETIZIONI TENNISTAVOLO</b>	<p><b>Competizioni di Singolare</b>  Prima Fase: gironi da 3-4-5 giocatori.  Seconda fase: i primi due giocatori di ogni girone verranno ammessi nel tabellone principale, i rimanenti nel tabellone di recupero.  Vengono assegnate tutte le posizioni.  In caso di parità la classifica nei gironi verrà stabilita dalla classifica avulsa fra giocatori con lo stesso numero di vittorie.  In caso di ulteriore parità l'ordine di classifica sarà stabilito come segue</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Quoziente incontri vinti e persi</i></li> <li>• <i>Quoziente set vinti e persi</i></li> <li>• <i>Quoziente punti vinti e persi</i></li> </ul>
<b>PROVE ABILITA' MOTORIA</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Navetta 3-6-9</b></li> <li>2. <b>Funicella 30 salti</b></li> <li>3. <b>Salto in lungo da fermo</b></li> <li>4. <b>Rapidità e destrezza per il Tennistavolo</b></li> </ol>
<b>GRADUATORIA FINALE</b>	<p>La graduatoria della manifestazione per ciascun settore viene determinata dalla somma dei posizionamenti ottenuti dagli atleti a conclusione della prova di tennistavolo e in quella di abilità motorie.  In caso di parità di punteggio, viene ad essere meglio classificato l'atleta che abbia avuto migliore risultato nella prova di tennistavolo.</p> <p>La determinazione della classifica delle Prove Motorie viene generata dalla somma dei posizionamenti nella graduatoria di ciascuna prova: la sequenza della Graduatoria complessiva verrà prevista partendo dai valori più bassi e procedendo verso quelli più elevati.</p>
<b>PREMIAZIONI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>4 Atleti Settore Maschile Over 2000 punti</b></li> <li>• <b>4 Atleti Settore Maschile Over 2000 punti</b></li> <li>• <b>4 Atlete Settore Femminile Over 1000 punti</b></li> <li>• <b>4 Atlete Settore Femminile Under 1000 punti</b></li>   <li>• <b>Un premio per tutti i partecipanti</b></li> </ul>
<b>MATERIALI</b>	Aree di Gioco e Palline Omologate ITTF.
<b>ISCRIZIONI</b>	Deve essere perfezionata entro e non oltre _____
<b>INFORMAZIONI</b>	



**FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO**  
**PING PONG KIDS 2025**  
**FASE TERRITORIALE REGIONALE**  
**1 – PROVE ABILITA' MOTORIA**  
**CORSA A NAVETTA 3-6-9 metri**



**INDICAZIONI GENERALI**



**DESCRIZIONE – MODALITA' DI SVOLGIMENTO**

Si posizionano 5 Coni, in corrispondenza della linea di avvio/arrivo, ai 3 m, ai 6m, ai 9m. I Coni sono posizionati a 3 metri di distanza l'uno dall'altro.

La persona impegnata, partendo dietro la linea, esegue una serie di corse a spola (andata e ritorno), passando intorno al Cono posizionato a 3m, poi a quello posizionato a 6m, poi quello posizionato a 9m.

Ad ogni spola deve ritornare per girare intorno al Cono posto sulla linea di partenza.

Dopo aver raggiunto il Cono posto ai 9m, ritorna verso l'arrivo e ne oltrepassa, definitivamente, la linea.

Si effettuano due tentativi con un intervallo di almeno 5 minuti.

**MATERIALI**

Un Cronometro.

6 Coni al suolo, in riferimento ad avvio/arrivo, 3 m, 6m, 9m.



## DESCRIZIONE

Il soggetto, al via, dovrà realizzare 30 saltelli consecutivi con la funicella.

Ad ogni interruzione, potrà riprendere a saltare.

La prova si concluderà con l'esecuzione del trentesimo ed ultimo saltello.

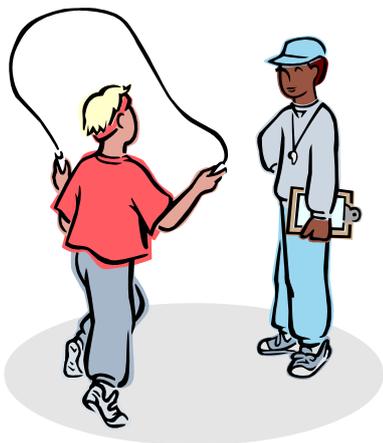
Il soggetto potrà saltare secondo le modalità a lui più consone.

Si effettuano due tentativi con un intervallo di almeno 5 minuti.

**Viene valutato il corretto completamento (senza pause) della prova ed il tempo di esecuzione.**

## MATERIALE OCCORRENTE

- Una funicella
- Un cronometro





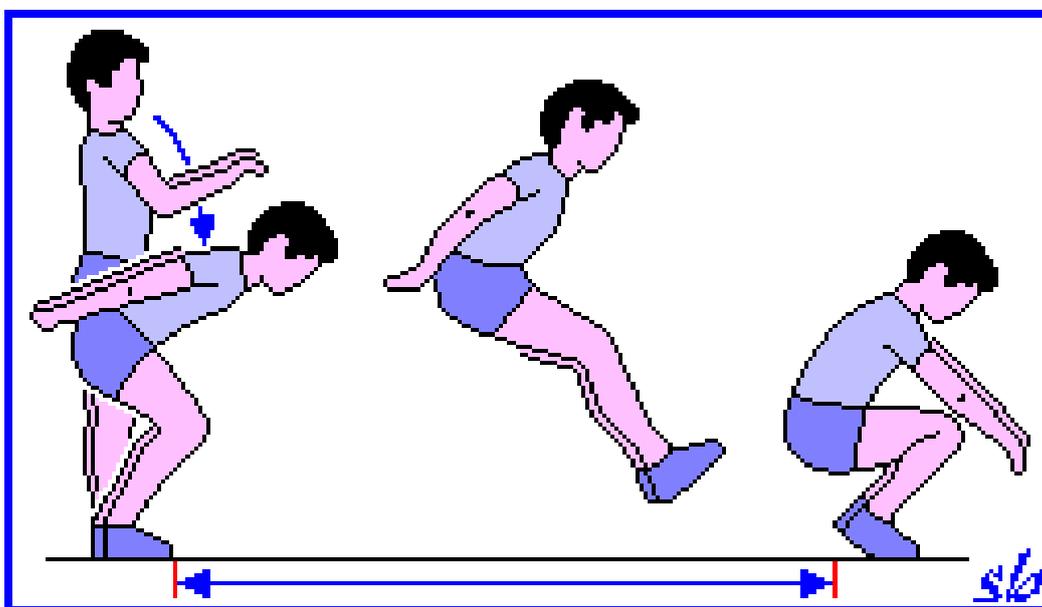
**FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO**  
**PING PONG KIDS 2025**  
**FASE TERRITORIALE REGIONALE**  
**3 – PROVE ABILITA' MOTORIA**  
**FORZA DINAMICA SALTO IN LUNGO DA FERMO**



### DESCRIZIONE

Il soggetto si pone in posizione eretta, piedi leggermente divaricati con la punta dietro la linea di partenza.

Con leggere oscillazioni, si prepara al salto piegando le gambe e portando le braccia indietro. Quindi salta slanciando le braccia in avanti e ricadendo più lontano possibile a piedi pari.



La misurazione viene realizzata con una rotella metrica, identificando la distanza dalla linea di salto al punto in cui appoggia il tallone del piede più arretrato. Si effettuano due tentativi con un intervallo di almeno 1 minuto.

### MATERIALE OCCORRENTE

- *Una rotella metrica*
- *Nastro carta per segnare la linea di salto al suolo*



**FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO**  
**PING PONG KIDS 2025**  
**FASE TERRITORIALE REGIONALE**  
**4 – PROVE ABILITA' MOTORIA**  
**RAPIDITA' e DESTREZZA PER IL TENNISTAVOLO**



**Descrizione del set**

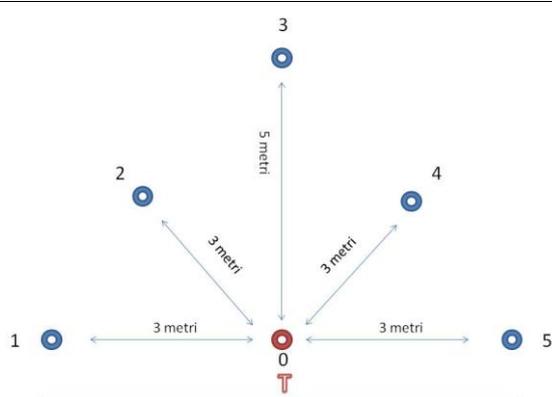
Vengono collocate 6 postazioni dotate di un contenitore per le palline

Di fronte alla postazione 0 viene disegnata una T con il nastro carta di 0,5x1 m

Le postazioni 1, 2, 4, 5 vengono poste a distanza di 3 m da quella contrassegnata con 0; le postazioni 2 e 4 sono collocate a 45° rispetto a quella 0

La postazione 3 viene posta a 5 m rispetto a quella 0.

Spazio complessivo a disposizione deve essere calcolato in termini di un quadrato di dimensioni 7x7 m



**Descrizione della prova**

Il partecipante si pone di fronte al contenitore della posizione contrassegnata con 0, in corrispondenza della T disegnata al suolo.

Al via dell'Operatore si sposta verso la posizione 1, afferra la pallina arancione e ritorna alla posizione 0, dove la ripone, senza lanciarla, nel contenitore.

Prosegue ripetendo gli stessi spostamenti e le stesse azioni verso le altre postazioni, secondo la sequenza 2, 3, 4, 5.

Riposta la pallina arancione del contenitore della postazione 5, procede a trasferire le palline bianche dal contenitore in postazione 0 a quelli nelle posizioni 1, 2, 3, 4, 5.

Il tempo viene fermato quando tutte le palline sono riposte nei contenitori e il partecipante ha nuovamente assunto la posizione di partenza.

Qualora una pallina cada a terra o fuoriesca da un contenitore, il partecipante deve ri-afferrarla per poi riporla.

**Materiale occorrente**

- Cronometro
- Rotella metrica
- 6 Contenitori dello stesso colore
- 5 palline da gioco di color arancione, 5 palline da gioco di color bianco
- Nastro carta