

## **MARATÓN FAMILIAR, HAZ DE TU FAMILIA UN EQUIPO**

**Sábado 7 de septiembre**

Este documento tiene por objeto la presentación de una actividad lúdico-deportiva enmarcada en las próximas fiestas patronales del Mes de Septiembre, cuyo objetivo principal es fomentar la participación de nuestros soci@s por núcleos familiares.

Se desarrollará en jornada de tarde (3-4 horas) en las instalaciones del RGCC en Mareo, donde se podrá disfrutar de actividades deportivas con un alto carácter lúdico: relevos, circuitos de habilidades, destrezas y precisión, etc.

Es una prueba que pretende integrar a personas con vínculos familiares de diferente edad, por medio de la actividad deportiva en un ambiente distendido y de recreación.

Los equipos podrán estar formados por Padres, madres, hij@s, así como abuel@s, prim@s y ti@s de un mínimo de 3 participantes hasta un máximo de 5 en formato competición todos contra todos organizado a modo de circuito de estaciones. **EQUIPOS FAMILIARES DE ENTRE 3 Y 5 GRUPISTAS.**

Como requisito indispensable para participar es que cada equipo tendrá que estar formado al menos por un menor (4-12 años) y un mayor responsable del mismo

**FECHA.** 7 SEPTIEMBRE 2024 a las 16.00 Horas

**LUGAR.** - INSTALACIONES RGCC (MAREO)

**INSCRIPCIONES:** hasta el jueves 5 de septiembre.

### **ONLINE**

1. Entrar en la web [www.rgcc.es](http://www.rgcc.es)
2. Identificación en área de socios
3. Ir a la pestaña ACTIVIDADES Y EVENTOS
4. Seleccionar el evento e inscribirse

### **PRESENCIAL**

Centralita de lunes a domingo de 8:00 a 21:45

- **PARTICIPANTES.** - EQUIPOS DE 3-5 PARTICIPANTES (menores de 4-12 años, nacidos entre 2012-2020)
- **OBSERVACIONES.** -El Formato de participación será por franjas horarias en cada una de las pruebas
- **PUNTO DE ENCUENTRO.** -campo de fútbol.
- **ENTREGA DE MEDALLAS:** en la zona de la panera de Mareo a las 20:00h.

## PRUEBAS

- **1º CIRCUITO DE OBSTACULOS**

Circuito de habilidad donde los equipos deberán recorrer una distancia superando unos determinados obstáculos en el menor tiempo posible.

- **2º CIRCUITO HABILIDAD TENIS**

Sistema de Juego, cada una de las familias, a turno de relevo deberá completar un circuito de habilidad y golpear la pelota con los diferentes gestos técnicos, y conseguir una puntuación en un tiempo establecido.

- **3º TIRO A CANASTA.**

Conseguir el mayor número de aciertos realizando tiros en canastas a diferentes alturas y distancia por alturas con un límite de tiempo establecido (similar al formato del concurso de triples de ALL STAR)

- **4º TIRO CON ARCO.**

Sobre una diana se ubicarán una serie de globos, los equipos deberán explotarlos con unos mini arcos preparados al efecto.

- **5º HOCKEY**

Sistema de Juego, cada una de las familias, a turno de relevo deberá completar un circuito de habilidad conduciendo la pelota, y conseguir una puntuación en un tiempo establecido.

- **6º MINI TRIATLON**

OBJETIVO. -Realizar un circuito por relevos, donde cada participante tendrá que sortear un pequeño recorrido en relevos, un tramo de “nado” y otro de “carrera” donde tendrán que poner en práctica sus habilidades

- **7º AGUAS ABIERTAS**

Deberán construir una embarcación y realizar un recorrido de ida y vuelta todos juntos y sin caerse. Se tomará el tiempo tanto de la realización como del recorrido.