

La hora del Decatlón



Prueba 7: Embocando-ando

Este juego puede realizarse en espacios cubiertos o al aire libre.

Materiales: Diez pelotas de tenis y cinco baldes o tachos.

1) Se colocan los baldes uno al lado del otro separados por una distancia de entre 1 y 2 metros aproximadamente.

2) El atleta se coloca frente a la fila de baldes a una distancia de 15 a 20 metros y deberá lanzar las diez pelotitas de tenis tratando de embocarlas en los baldes.



3) La puntuación que suman los baldes será de 5 puntos el balde del medio, 10 puntos los baldes de cada costado y 20 puntos los baldes de los extremos.

4) La puntuación que obtiene el atleta es la suma de los “emboques” que realizó en los distintos baldes.