

# ENCUENTRO DUATLÓN CROSS

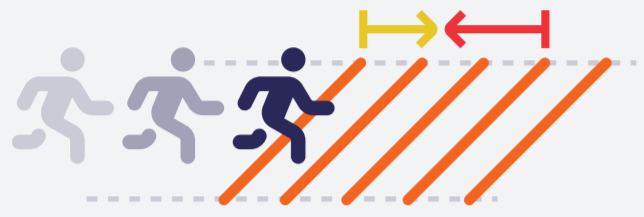
## LAUJAR DE ANDARAX CIRCUITOS COMPLETOS

ORGANIZA:



### CIRCUITO 1. VELOCIDAD Y HABILIDAD

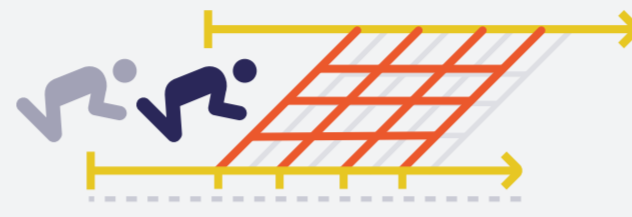
Circuito compuesto por varias estaciones de velocidad, agilidad y control. Los participantes deberán realizar el circuito en el menor tiempo sin derribar los obstáculos.



A. TOQUE LINEA Y TROTADO



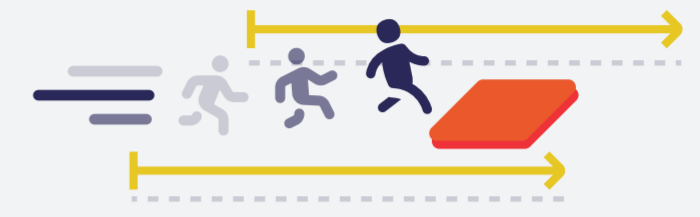
B. SPRINT 20 M



C. RECTAS GUSANO



D. 5 SALTOS DE VALLA

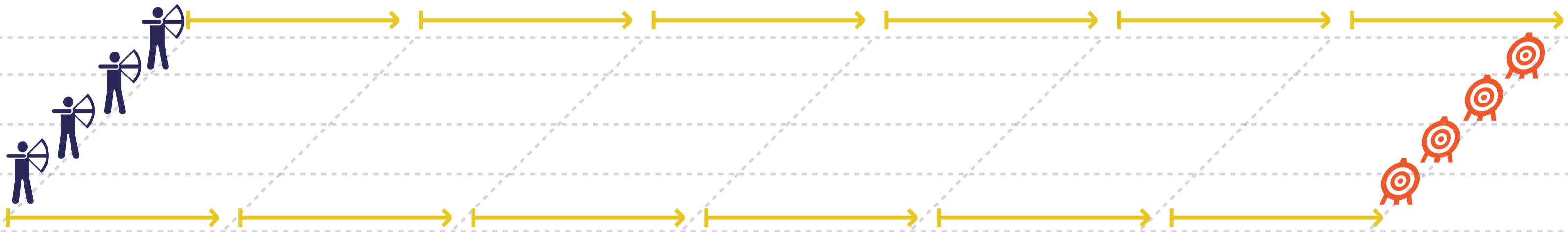


E. SPRINT Y SALTO A COLCHONETA

50 MTS

### CIRCUITO 2. PUNTERÍA Y PRECISIÓN

Circuito compuesto por varios carriles para tiro con arco. Los participantes deberán realizar tiros sumando puntos para pasar al siguiente circuito.



15 MTS

### CIRCUITO 3. AGILIDAD Y CONTROL DE BICICLETA

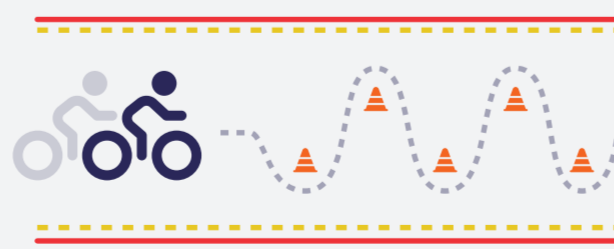
Circuito compuesto por varias estaciones de control, habilidad, agilidad y equilibrio con bicicleta. Los participantes deberán realizar el circuito en el menor tiempo sin derribar los obstáculos.



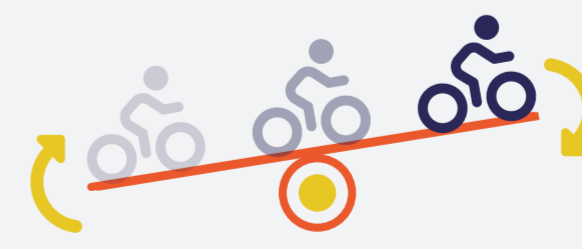
A. COMIENZO EQUILIBRIO ESTÁTICO



B. PARALELAS EQUILIBRIO



C. ZIG ZAG AGILIDAD



D. BALANCE Y CONTROL



E. PRECISIÓN DE MOVIMIENTO

50 MTS