

Especialidade Triatlo

Avaliação do cumprimento de itens para a obtenção da Especialidade Triatlo.
Pré-requisitos: Saber nadar e saber andar de bicicleta.

ATENÇÃO: os itens 4, 5 e 6 só poderão ser realizados com: autorização médica; utilização de todos os equipamentos de segurança necessários; supervisão de um profissional de educação física com registro no CREF.

1. Nome

2. Registro na UEB

3. Ramo

Marcar apenas uma oval.

- Lobinho
- Escoteiro
- Sênior

4. Nome do Avaliador

5. Telefone do Avaliador

6. Competência do Avaliador sobre o assunto

7. Itens avaliados

Marcar apenas uma oval por linha.

	Aprovado	Reprovado	Não avaliado
1. Apresentar para a seção uma pesquisa sobre a história do triatlo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Relatar as normas e distancias oficiais do triatlo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Montar um painel (texto, fotos, etc.) sobre as categorias oficiais do aquatlo, do duatlo e do triatlo e apresentar para a seção.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Realizar a sequência ¹ : 50m natação – 800m ciclismo – 400m corrida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Realizar a sequência ¹ : 100m natação – 2km ciclismo – 600m corrida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Realizar a sequência ¹ : 250m natação – 5km ciclismo – 1km corrida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Data

Exemplo: 15 de dezembro de 2012

9. Assinatura do Avaliador**10. Assinatura do Chefe de Seção**

Powered by

