



PRUEBAS A REALIZAR EN LA FASE DEPARTAMENTAL DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES

DEPORTE	CATEGORÍA	PRUEBAS A REALIZAR Y ENVIAR EN VÍDEOS (VER NORMATIVA)
GIMNASIA ARTÍSTICA	INFANTIL C	A) Parada de manos en la pared
		B) Arco desde el suelo
	INFANTIL B	A) Round-off (rondada), enrollado hacia atrás
		B) Arco desde arriba
	INFANTIL A	A) Rondada + salto split + salto squat
		B) Parada de manos, enrollado adelante y salto agurpado
ATLETISMO	INFANTIL	A) Carrera en escalera
		B) Rebote cruzado
	INFANTO JUVENIL	A) Skipping
		B) Escalera con grado de dificultad
	JUVENIL	A) Carrera escalera con grado de dificultad
		B) Despechada con salto vertical
TENIS DE MESA	INFANTIL	A) Servicio corto
		B) Desplazamiento lateral sin pelota (20 segundos)
	INFANTO JUVENIL	A) Servicio corto y ataque a la tercera bola
		B) Desplazamiento lateral sin pelota (30 segundos)
	JUVENIL	A) Servicio corto y ataque a la tercera bola alternando un top spin de derecha y uno de revés
		B) Desplazamiento lateral sin pelota (40 segundos)
NATACIÓN	INFANTIL	A) Brazada estilo libre
		B) Brazada estilo dorso
	INFANTO JUVENIL	A) Brazada estilo pecho
		B) Patada estilo pecho
	JUVENIL	A) Patada de delfín en posición de pie
		B) Apnea
LUCHA	INFANTIL	A) Tacle (desplante)
		B) Defensa de tacle
	INFANTO JUVENIL	A) Tacle (desplante)
		B) Defensa de tacle
	JUVENIL	A) Tacle (desplante)
		B) Defensa de tacle
DISCAPACIDAD	INFANTIL	A) Salto de cuerda
		B) Rebote lateral
	INFANTO JUVENIL	A) Salto de cuerda
		B) Rebote lateral
	JUVENIL	A) Salto de cuerda
		B) Rebote lateral

Dirección General de Educación Física

32 Calle 9-10 Zona 11 Colonia Granai | Ciudad de Guatemala

PBX: (502) 2319 6800

