QUÈ EN SAPS SOBRE...

Omple els espais buits amb les paraules que tens a sota.

Les Qualitats Físiques Bàsiques

Salto de altura (Estilo Fosbury): El ..... trata de superar la máxima distancia en el plano ..... Para ello adoptan una postura peculiar en el ..... que les permite ..... derribar el listón. Tanto hombres como mujeres tratan de rebasar una ..... sujeta por dos soportes. La barra se ..... después de cada salto siempre y cuando no haya sido derribado. Es, por tanto, un ..... en vertical.

La ..... y la batida constituyen las principales ..... de un salto y están en constante evolución técnica.

El listón se coloca a una ..... determinada y a partir de ese momento los atletas disponen de ..... intentos para superarla.

De no ser así quedan ..... Durante la competición, se puede rehusar saltar una altura y continuar el concurso cuando se considere oportuno.



CARRERA **ATLETA** **ALTURA** **FASES**

TRES **VERTICAL** **NO**

ELIMINADOS

AIRE **BARRA** **ELEVA** **SALTO**

Aquest qualitat és: _____