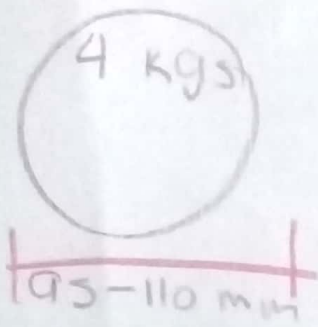
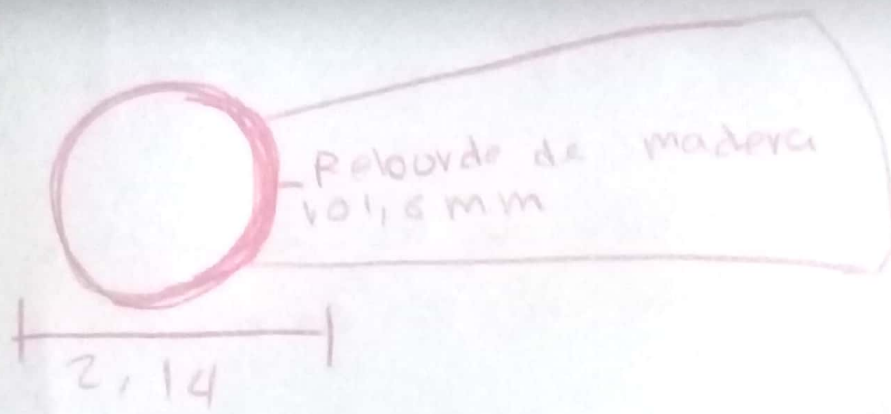
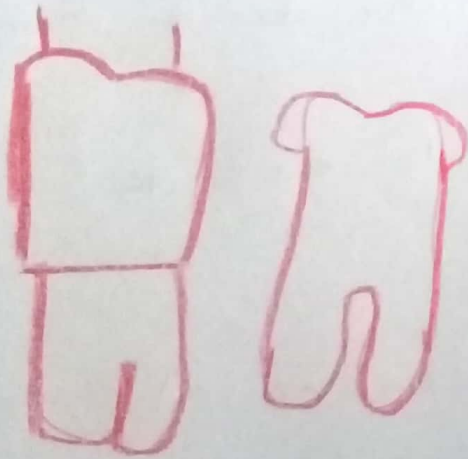


Zona de lanzamiento: El lanzamiento se debe realizar desde un círculo de un material anti deslizante y el área de caída ba por marcas



¿Como es la competencia? Cada lanzador tendrá tres intentos lanz los mejores Clasificarán en la Final

¿Escriben tres causas para considerar un lanzamiento nulo?

Cuando la bala cae Fuera de la zona de caída o toca las líneas o

Cuando Sale de la zona de lanzamiento antes de que la bala toque el suelo

Describe las dos clases de lanzamiento de Bala?

Técnica lineal, Técnica Rotacional

¿Cómo se hace la medición de lanzamiento de bala?

Tomar la bala y la ubica en la Fosa clavicular
Tomada en la palma de la mano

Explica los Fases de lanzamiento de peso
y los Tipos e lanzamiento de peso

Posición inicial

Toma la bala y la ubica en la fosa
clavicular Tomada en la palma de la mano

Desarrollo

Se ubica, jira y flexiona la espalda

El fuerza final

hay una tensión y hay un lanzamiento hacia
adelante mas rapido que la bala

Recuperación

el pie debe entrar en el círculo sin tocar
ni pisar el tope