

# LIGA ESPORTIVA NESCAU 2024

## REGULAMENTO DESAFIOS

### ETAPA RIBEIRÃO PRETO

#### CATEGORIAS

1. Para o desafio, a LIGA ESPORTIVA NESCAU 2024 estabelece:
  - 1.1. Será aberta a participação de 7 a 100 anos (2017 a 1924).
  - 1.2. Não haverá diferença de gênero, a categoria será mista (única).

#### MODALIDADES

##### 1. Circuito Chute ao Gol

O CIRCUITO CHUTE AO GOL será no modelo DESAFIO, sem caráter competitivo, e serão desafiados a partir da seguinte regra:

- O desafio terá duração de 1 minuto, onde o participante deverá conduzir a bola com os pés através de três circuitos montados e finalizar com o chute ao gol, tentando acertar um dos alvos demarcados.

##### 2. Embaixadinha

A EMBAIXADINHA será no modelo DESAFIO, sem caráter competitivo, e serão desafiados a partir da seguinte regra:

- O desafio terá duração de 2 minutos, onde o participante deverá efetuar embaixadinhas, demonstrando domínio da bola sem que a mesma entre em contato com o solo ou com as mãos. Será avaliada a habilidade demonstrada na execução. Será permitido executar as embaixadinhas em pé, sentado ou deitado, com os pés, cabeça, ombros, peito e joelhos.

##### 3. Twister

O **Twister** será modelo DESAFIO, onde o participante deverá atravessar o tapete, colocando as mãos e pés nas cores correspondentes ao que for determinado pela roleta.

#### PREMIAÇÃO

- 7.1. Todos receberão medalhas de participação.

# **LIGA ESPORTIVA NESCAU 2024**

## **REGULAMENTO DESAFIOS**

### **ETAPA RIBEIRÃO PRETO**

#### **PRAZO DE INSCRIÇÕES**

**8.1.** O prazo para o término das inscrições prévias será até o dia 17 de março de 2024, ou até o final da quantidade estabelecida.