

Conseguimento dei Titoli Sportivi del Ghiri Sport

UOMINI:

Conseguimento dei titoli: I-Rang, II-Rang, III-Rang, KMS:

E' necessario eseguire, in base al titolo, il numero di ripetizioni corrispondenti alla propria categoria di peso con la ghiria indicata, in una qualsiasi delle discipline di gara (Biathlon 10', Slancio Completo 10', Sprint 3' - Strappo e Slancio Completo, Maratona 1h - Slancio). I titoli possono essere conseguiti **ESCLUSIVAMENTE** durante le gare organizzate dalla FGSI, rispettando gli eventi indicati nel calendario di gara.

Conseguimento del Master Sport (MS):

Esistono due possibili alternative:

- Eseguire il numero di ripetizioni corrispondenti alla propria categoria di peso con la ghiria indicata, nelle discipline di gara Biathlon 10' o Slancio Completo 10'.
- Eseguire il numero di ripetizioni indicato per qualificarsi MS in base alla propria categoria di peso, con la ghiria indicata, nelle discipline di gara Sprint 3' (Strappo e Slancio Completo) o Maratona 1h (Slancio). In aggiunta, è necessario qualificarsi come KMS nelle discipline di gara Biathlon 10' o Slancio Completo 10', con ghirie da 32 kg.

Tutte le prove per il titolo MS devono essere effettuate **ESCLUSIVAMENTE** durante le gare organizzate dalla FGSI, rispettando gli eventi indicati nel calendario di gara.

Conseguimento del Master Sport di Classe Internazionale (MSIK):

Esistono due possibili alternative:

- Eseguire il numero di ripetizioni corrispondenti alla propria categoria di peso con la ghiria indicata, nelle discipline di gara Biathlon 10' o Slancio Completo 10'.
- Eseguire il numero di ripetizioni indicato per qualificarsi MSIK in base alla propria categoria di peso, con la ghiria indicata, nelle discipline di gara Sprint 3' (Strappo e Slancio Completo) o Maratona 1h (Slancio). In aggiunta, è necessario qualificarsi come MS nelle discipline di gara Biathlon 10' o Slancio Completo 10'.

ATTENZIONE: la prova specifica per il Titolo MSIK deve **NECESSARIAMENTE** essere eseguita durante **Competizioni Internazionali** presenti nel calendario di gara FGSI.

DONNE:

Conseguimento dei titoli: I-Rang, II-Rang, III-Rang, KMS:

E' necessario eseguire, in base al titolo, il numero di ripetizioni corrispondenti alla propria categoria di peso con la ghiria indicata, in una qualsiasi delle discipline di gara (Strappo 10', Slancio Completo 10', Sprint 3' - Strappo e Slancio Completo, Maratona 1h - Slancio). I titoli possono essere conseguiti **ESCLUSIVAMENTE** durante le gare organizzate dalla FGSI, rispettando gli eventi indicati nel calendario di gara.

Conseguimento del Master Sport (MS):

Esistono due possibili alternative:

- Eseguire il numero di ripetizioni corrispondenti alla propria categoria di peso con la ghiria indicata, nella disciplina di gara Strappo 10' o Slancio Completo 10'.
- Eseguire il numero di ripetizioni indicato per qualificarsi MS in base alla propria categoria di peso, con la ghiria indicata, nelle discipline di gara Sprint 3' (Strappo e Slancio Completo) o Maratona 1h (Slancio). In aggiunta, è necessario qualificarsi come KMS nella disciplina di gara Strappo 10', con ghiria da 16 kg o nella disciplina di gara Slancio Completo 10', con ghirie da 24 kg.

Tutte le prove per il titolo MS devono essere effettuate **ESCLUSIVAMENTE** durante le gare organizzate dalla FGSI, rispettando gli eventi indicati nel calendario di gara.

Conseguimento del Master Sport di Classe Internazionale (MSIK):

Esistono due possibili alternative:

- Eseguire il numero di ripetizioni corrispondenti alla propria categoria di peso con la ghiria indicata, nella disciplina di gara Strappo 10' o Slancio Completo 10'.
- Eseguire il numero di ripetizioni indicato per qualificarsi MSIK in base alla propria categoria di peso, con la ghiria indicata, nelle discipline di gara Sprint 3' (Strappo e Slancio Completo) o Maratona 1h (Slancio). In aggiunta, è necessario qualificarsi come MS nella disciplina di gara Strappo 10' o nella disciplina di gara Slancio Completo 10'.

ATTENZIONE: la prova specifica per il Titolo MSIK deve **NECESSARIAMENTE** essere eseguita durante **Competizioni Internazionali** presenti nel calendario di gara FGSI.

LE TABELLE CON LE INDICAZIONI SUL NUMERO DI RIPETIZIONI NECESSARIO AL CONSEGUIMENTO DEI TITOLI E LE GHIRIE DA UTILIZZARE POSSONO ESSERE VISUALIZZATE ALL'INDIRIZZO:

<http://www.ghirisport.it/regolamento3.html>