



Federazione Italiana Nuoto

Comitato Regionale Ligure

Viale Padre Santo 1-16122 Genova

Tel. 010511571 fax 0105221776

crliguria@federnuoto.it

www.federnuoto.liguria.it

Genova 15 luglio 2019

Il Comitato Regionale Ligure della Federazione Italiana Nuoto in collaborazione con la Sportiva Sturla, indice ed organizza il

4° Campionato Regionale Open di Mezzofondo

(inserita nel Grand Prix Agonisti 2019 e nel Circuito FIN Mezzofondo Master)

Manifestazione di Nuoto in Acque Libere in programma il giorno 14 settembre 2018 a

Genova nello spazio acqueo antistante la Sportiva Sturla (Via 5 Maggio 2d).

La Manifestazione è aperta a tutti i tesserati Fondo FIN Agonisti delle categorie Esordienti A, Ragazzi, Juniores, Cadetti e Seniores che gareggeranno nelle seguenti distanze: Esordienti A m.1500 e Rag-Jun-Cad-Sen sui m.3000 e ad agli atleti Master tesserati Fondo FIN che gareggeranno sulla distanza dei m.3000. E' previsto lo svolgimento del Team Event Agonisti sulla distanza di 750 m. per gli Esordienti e 1500 m.

Assoluto

- 750 METRI PER ESORDIENTI
- 1500 METRI ASSOLUTO

a) un team è composto di tre (3) nuotatori un maschio e due femmine o due maschi e una femmina

b) Ogni squadra deve iniziare la competizione con tutti e tre i nuotatori, e partirà a 60 secondi l'una dall'altra.

c) Il sorteggio assegnerà le posizioni di partenza. Il tempo finale sarà determinato all'arrivo del terzo nuotatore.

Programma gare Agonisti

14 settembre 2018

Ore 08.30 Ritrovo-punzonatura

Ore 09.00 Riunione Tecnica

Ore 09.30 Partenza m.1500 Esordienti A (evento Collaterale)

Ore 10.30 Partenza m.3000 R-J-C-S (Grand Prix 2019)

Ore 11.30 Partenza Team Event 750 m. Esordienti (evento collaterale)

Ore 12.00 Partenza Team Event 1500 m. Assoluti

Ore 13.00 Premiazioni e buffet

Programma gare Master

14 settembre 2018

Ore 14.30 Ritrovo-punzonatura

Ore 15.00 Riunione Tecnica

Ore 15.30 Prima partenza m. 3000

Ore 17.00 Premiazioni e buffet

Il percorso sulla distanza di m. 3000 prevede 4 giri da 750m da ripetersi 4 volte in senso orario





Responsabile Logistico della manifestazione
Comitato Regionale Ligure 3391011248 (Cristina Nistri)
In caso di maltempo la manifestazione sarà rimandata ad altra data.

Saranno ammessi n° 200 iscritti agonisti e n° 200 master, tesserati per il settore Fondo della Federazione Italiana Nuoto
Il cronometraggio con trasponder sarà a cura della F.I.Cr. Associazione di Genova.

Le iscrizioni andranno effettuate tramite il portale federale entro il **9 Settembre 2019**.

La tassa d'iscrizione gara per gli agonisti è di € 15 individuale ed € 10 per ogni Team Event (tramite economato del portale federale)

La tassa d'iscrizione gara per i master è di € 15 individuale che andrà versata alla Sportiva Sturla tramite bonifico bancario sulle seguenti coordinate

IT91 K030 3201 40001000 0003 588 (CAUSALE Campionato Master Fondo) ed inviare copia della ricevuta a segreteria@sportivasturla.it e crliguria@federnuoto.it

Verranno premiati con medaglia i primi tre Maschi e Femmine di ogni categoria e con Coppa le prime tre Società Classificate in base alla somma dei seguenti punteggi delle gare individuali: 11 p al 1° Classificato, 9 al 2° classificato, 8 al 3° classificato ...

Ed ai punteggi del team Event

22 p alla 1^a classificata, 18 p alla 2^a classificata, 16 alla 3^a classificata

Presso la Sportiva Sturla sarà possibile usufruire di servizio bar tavola calda.

Per quanto non contemplato dal presente regolamento si rimanda a quello della Federazione Italiana Nuoto.



Il Presidente
Silvio Todiere