



INVITO

41. MEETING INTERNAZIONALE DEL CERESIO

Luogo	: Lugano, Piscina coperta comunale Viale Castagnola 4, 6900 Lugano, tel. +41 58 866.68.80
Data	: sabato 11 , domenica 12 gennaio 2020
Installazione	: piscina 25m., 6 corsie, 25 gradi Cronometraggio automatico – OMEGA "Quantum" Tabellone elettronico / Vasca omologata norme FSN
Giudici Arbitro	: Luca Bacchetta, Glauco Canavese
Starter	: Renata Coda, Claudia Coda
Organizzazione	: LUGANO NUOTO
Giuria	: membri LUG
Programma (soggetto a possibili modifiche in base al Numero d'iscritti)	: sabato 11.01.2020 Inizio finali: ore 15.30 Ore 07.30 piscina a disposizione Ore 08.30 riunione giuria Ore 09.00 inizio eliminatorie Domenica 12.01.2020 Inizio finali: ore 15.30 Gli orari del mattino sono identici a quelli di sabato
Programma tecnico	: allegato alla presente

ISCRIZIONI

: con il formulario apposito (o via computer/form.LENEX)
entro **sabato 28 dicembre 2019** all'indirizzo seguente:

ceresio@luganonuoto.ch

**Lugano Nuoto
Cp 6355
6901 Lugano**



LIMITAZIONI

: 4 GARE INDIVIDUALI (2 al giorno) + STAFFETTA (1 per squadra)

Per quanto riguarda i 400 s.l e i 200 s.l. verranno presi in considerazione unicamente i primi 36 tempi.

I tempi dovranno essere ufficiali .

In caso di rifiuto, verrà data la possibilità di iscriversi ad un'altra gara.

Raggiunti i 400 partecipanti le iscrizioni verranno chiuse.

Limitazioni: 30 atleti per squadra!

Tasse d'iscrizione

: per le squadre ticinesi vale il regolamento FTN.

Fr. 4.- (4.- €) per gara individuale con iscrizione tramite **file lenex***

Fr. 8.- (5.- €) per staffetta con iscrizione tramite **file lenex***

Fr. 6.- (6.- €) per gara ind. con iscrizione tramite tabella Excel

Fr. 8.- (7.- €) per staffetta con iscrizione tramite tabella Excel

Le tasse di iscrizione sono da versare utilizzando la cedola di versamento che verrà consegnata con il conteggio alle squadre partecipanti il primo giorno di gara.

Per le squadre straniere le iscrizioni sono da pagare direttamente al cassiere della LUG in piscina.

File Lenex:

File lenex: vedi le modalità di utilizzo allegate alla presente oppure <https://www.swimrankings.net/index.php?page=entryDetail>

Informazioni:

: Sig. Rocco Bustelli

Tel. 0041/79/240.16.92, ceresio@luganonuoto.ch

Regolamenti

: FSN + FINA + Meeting del Ceresio

Premiazioni

: Medaglie oro, argento, bronzo

Targa per la migliore prestazione assoluta femminile
(punti LEN)

Targa per la migliore prestazione assoluta maschile
(punti LEN)

Coppa "Città di Lugano" alla migliore squadra,
Secondo il regolamento

(Valgono i tempi ottenuti nelle finali A e B)

**Lugano Nuoto
Cp 6355
6901 Lugano**



41. MEETING INTERNAZIONALE DEL CERESIO

PROGRAMMA TECNICO

SABATO

Gara No.:

1	400 Stile Libero	Donne
2	400 Stile Libero	Uomini
3	200 Dorso	Donne
4	200 Dorso	Uomini
5	200 Mista	Donne
6	200 Mista	Uomini
7	100 Delfino	Donne
8	100 Delfino	Uomini
9	200 Rana	Donne
10	200 Rana	Uomini
11	100 Stile Libero	Donne
12	100 Stile Libero	Uomini
14	4 x 50 Stile Libero	Donne

al pomeriggio

DOMENICA

Gara No.:

15	400 Mista	Uomini
16	400 Mista	Donne
17	100 Dorso	Uomini
18	100 Dorso	Donne
19	200 Stile Libero	Uomini
20	200 Stile Libero	Donne
21	100 Rana	Uomini
22	100 Rana	Donne
23	200 Delfino	Uomini
24	200 Delfino	Donne
25	50 Stile Libero	Uomini
26	50 Stile Libero	Donne
28	5 x 50 Stile Libero	Uomini

al pomeriggio

Categoria unica: 2006 e + vecchi

Limitazioni : 4 gare individuali (2 al giorno) + staffetta

Inizio eliminatorie: ore 09.00

Inizio finali: SA, ore 15.30 / DO, ore 15.30

Finali B e A (svolte nell'ordine indicato) per tutte le gare

“COPPA CITTA’ DI LUGANO”

Lugano Nuoto
Cp 6355
6901 Lugano



REGOLAMENTO PARTICOLARE

1. La Coppa rimane in possesso della squadra vincente.
2. La classifica per la Coppa verrà redatta sommando i punti ottenuti nelle Finali secondo il criterio:

1. posto	13 punti	7. posto	6 punti
2. posto	11 punti	8. posto	5 punti
3. posto	10 punti	9. posto	4 punti
4. posto	9 punti	10. posto	3 punti
5. posto	8 punti	11. posto	2 punti
6. posto	7 punti	12. posto	1 punto

3. Nel caso di un pari merito al termine della competizione, la Coppa verrà assegnata alla squadra che avrà portato il maggior numero di atleti nelle Finali.



COMUNICAZIONI IMPORTANTI PER I CAPI SQUADRA

- **NON E' PERMESSO ENTRARE A BORDO VASCA CON LE SCARPE, MA SOLO CON CIABATTE DA PISCINA.**
- **Non** è permesso mangiare a bordo vasca.
- **E' consigliabile usare gli armadietti negli spogliatoi, basta avere una moneta da Fr. 2.-.**
- Si prega di **non** usare il passaggio tra la vasca ed il ristorante (piccola porta di vetro), ma di usufruire del passaggio dagli spogliatoi all'entrata principale.
- Possibilità di prenotare il **pranzo** di sabato e domenica direttamente presso la Lugano Nuoto inviando una mail a meeting@luganonuoto.ch

Vi ringraziamo già sin d'ora per la vostra cortese collaborazione e vi porgiamo i nostri più sportivi e cordiali saluti.

Lugano, ottobre 2019

LUGANO NUOTO