

Domenica 6 Gennaio 2019 Centro Federale di Frosinone



La S.S. Lazio Nuoto è lieta di organizzare Domenica 6 Gennaio 2019 il “Trofeo Lazio Nuoto” riservato a tutti gli atleti Esordienti B, Esordienti A, Ragazzi, regolarmente tesserati per la stagione 2018-2019.

PROGRAMMA GARE

Domenica Mattina

Riscaldamento ore 8:15 - Inizio gare ore 9:00

50 rana (es.B/es.A)
100 stile libero(es.B/es.A/Rag)
50 farfalla(es.B/es.A)
100 dorso(es.B/es.A/Rag)
100 misti (es. B)
200misti(es.A/Rag)
4x50 mista(es.B/es.A/Rag)

Domenica Pomeriggio

Riscaldamento ore 14:15- Inizio gare ore 15:00

50 stile libero(es.B/es.A/Rag)
100 rana(es.B/es.A/Rag)
50 dorso(es.B/es.A)
100 farfalla(es.B/es.A/Rag)
100mx (es.A)
200 stile libero(Rag)
4x50stilelibero (es.B/es.A/Rag)

REGOLAMENTO GARE

La gara verrà effettuata con cronometraggio automatico. Ogni atleta potrà partecipare ad un numero massimo di 4 gare individuali, ogni società può iscriverne un numero illimitato di staffette. Le staffette devono gareggiare esclusivamente con atleti della stessa categoria.

La partenza sarà data con gli atleti della batteria precedente ancora in acqua.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni verranno effettuate sul portale Federnuoto entro e non oltre il 22/12/2018, Il pagamento delle tasse gara dovrà essere effettuato a mezzo bonifico intestato a: Lazio Nuoto SSD a r.l.

IBAN: IT25C0832703258000000001430 specificando nella causale il nome società ed il numero atleti. Le iscrizioni saranno ritenute valide solo al ricevimento del relativo bonifico.

Le serie saranno formate in ordine di tempo senza tener conto delle categorie.

La tassa di iscrizione è stabilita in 5,00€ per ogni atleta-gara e di 8,00€ per le staffette. Le eventuali assenze di atleti non comporteranno il rimborso della quota versata.

PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi tre atleti per ogni gara e le prime tre società classificate al trofeo, premi ai primi 3 allenatori:
300,00€ - 200,00€ - 100,00€

Per l'assegnazione del trofeo verrà stilata una classifica di società in base alla somma dei punti come segue:

GARE INDIVIDUALI

10 punti al 1° classificato, 9 punti al 2° classificato, 8 punti al 3° classificato, 7 punti al 4°, 6 punti al 5° classificato, 5 punti al 6° classificato, 4 punti al 7° classificato, 3 punti all'8° classificato, 2 punti al 9° classificato, 1 punto al 10°.

STAFFETTE

20 punti alla 1° classificata, 10 punti alla 2° classificata, 5 punti alla 3° classificata.

La S.S. Lazio Nuoto si riserva, in caso di elevata partecipazione, di chiudere in anticipo le iscrizioni o di variare gli orari di riscaldamento al fine di poter offrire un buon servizio ai partecipanti.

La giuria sarà a cura del Gruppo Ufficiali Gara della F.I.N.

Per quanto non contemplato vale il regolamento F.I.N.

CONTATTI

Marco 3284854149 Giampiero 3314854202
e-mail: coratti@hotmail.it