



RECUPERO MANIFESTAZIONE

Campionato Regionale Agonisti e Master
Mezzo Fondo

6° Riedizione "Coppa Corati"

Agonisti e Master 3km

15 giugno 2024

Civitavecchia (RM) – Marina di Civitavecchia
(presso impianto "Alfio Flores" - Largo Marco Galli)



S.S.D. NUOTATORI CIVITAVECCHIESI A R.L.

PROGRAMMA gara 3km

Ritrovo atleti ore 7.30

Riunione tecnica ore 9.00

Ore 9.15/30: Partenza gara 3km Agonisti (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores) e **Master**. La premiazione con le relative classifiche sarà effettuata al termine della gara stessa.

REGOLAMENTO

Alla manifestazione **valida come Campionato Regionale Agonisti e Master Mezzo fondo**, potranno partecipare gli atleti (Agonisti e Master) regolarmente tesserati F.I.N. "per la disciplina del FONDO", per la stagione 2023/2024 ed in regola con le vigenti normative sportive sanitarie nazionali provenienti anche da altre Regioni con specifica esclusione di atleti del settore Propaganda. Il percorso di gara dovrà essere terminato entro il **Tempo massimo come da regolamento FIN**.

La prova di **Mezzofondo** si disputerà sulla distanza di **3km** e sarà riservata alle categorie:

ESORDIENTI A (femmine nate 2013/2012; maschi nati 2012/2011)

RAGAZZI (femmine nate 2011/2010; maschi nati 2010/2009/2008)

JUNIORES (femmine nate 2009/2008; maschi nati 2007/2006)

CADETTI (femmine nate 2007/2006; maschi nati 2005/2004)

SENIORES (femmine nate 2005 e precedenti; maschi nati 2003 e precedenti)

MASTER (M25-M30-M35-M40- M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M100).

SEZIONE I - DISPOSIZIONI GENERALI (REGOLAMENTO MASTER FIN ACQUE LIBERE ANNO AGONISTICO 23/24)

1.3 In accordo con quanto previsto dal regolamento World Aquatics, al settore Master si applicano le seguenti regole:

- a) la temperatura dell'acqua deve essere non inferiore a 18°C e non superiore a 31°C; è obbligatorio per tutti i nuotatori indossare cuffie da nuoto colorate e ben visibili;
- b) se la temperatura dell'acqua è inferiore ai 18°C è obbligatorio l'uso della muta.

1.4 Al fine di accrescere il livello di sicurezza, in tutte le manifestazioni master gli atleti dovranno **indossare una boa** per il nuoto in acque libere preferibilmente di **colore rosso, giallo o arancione**. La **boa dovrà essere di dimensioni non superiori a 60x30x25 cm (pari a circa 45 litri) e non inferiori a 40x30x20 cm (pari a circa 25 litri)**, priva di scomparto porta oggetti, ancorata alla vita con una cinghia di lunghezza non superiore a 50 cm. In caso di interferenze di un nuotatore con le boe di altri atleti, qualora ritenute volontarie, il Giudice Arbitro potrà comminare, a suo giudizio, l'ammonizione e/o la squalifica del concorrente per "comportamento antisportivo".

Il **percorso** prevede la disputa di un circuito delimitato da boe e si sviluppa in una forma romboidale che prevede due giri in senso antiorario. Le boe verranno lasciate sulla sinistra tranne l'ultima che verrà lasciata a destra per accedere al portale.

PREMIAZIONI

Ogni atleta partecipante riceverà un gadget a ricordo della manifestazione. Saranno effettuate premiazioni separate *Agonisti e Master* come segue:

AGONISTI:

- Esordienti A maschi: primi 3 classificati (in classifica unica 2012/2011);
- Esordienti A femmine: primi 3 classificati (in classifica unica 2013/2012);
- Ragazzi maschi: primi 3 classificati dei primi due anni (in classifica unica 2010/2009) primi 3 classificati del terzo anno (2008)
- Ragazzi femmine: prime 3 classificate anno 2011 e prime 3 classificate anno 2010
- Juniores: prime 3 classificate di categoria femmine e primi 3 classificati di categoria maschi
- Cadetti: prime 3 classificate di categoria femmine e primi 3 classificati di categoria maschi
- Seniores: prime 3 classificate di categoria femmine e primi 3 classificati di categoria maschi

MASTER:

Primi tre atlete femmine e primi tre atleti maschi per categoria (come riportato sopra).

CLASSIFICA SOCIETÀ:

Sono previste premiazioni e classifica di Società Agonisti e Master (unendo i punteggi della gara del fondo e mezzo fondo).

ISCRIZIONI AGONISTI e MASTER

Le iscrizioni dovranno essere fatte con la modalità ON-LINE sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

Apertura iscrizioni il giorno **7 maggio 2024 ore 12.00**

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23,45 di mercoledì 12 giugno 2024.**

Il costo delle iscrizioni (€. **25,00** per la gara di fondo di 5Km – €. **25,00** per la gara di mezzofondo di 3km - €. **25,00** per la gara del Miglio).

PER I SOLI ATLETI MASTER COME DA REGOLAMENTO FIN STAGIONE 2023/2024(SEZIONE II CIRCUITI NAZIONALI – NORME GENERALI 1.4): È consentita la partecipazione, nello stesso giorno, a due gare, indipendentemente se prove individuali o di staffetta, una gara individuale e a una prova di staffetta 4x1250, fermo restando il limite della distanza complessiva di 5 km; il mancato rispetto di tale obbligo comporta l'annullamento dei relativi risultati individuali. LA COMBINATA DELLE GARE POTRA' ESSERE: 5KM + 3KM (€. **45,00) OPPURE MIGLIO + 3KM (€. **45,00**).**

Pagamento tramite bonifico bancario intestato a:

SSD NUOTATORI CIVITAVECCHIESI

BANCO DESIO

IBAN IT76E0344039040000000274600

Causale: 6° Ed. Coppa Corati 2024 – iscrizione n. _____ atleti Società _____

Inviare copia del bonifico a: asdnuotatoricivitavecchiesi@gmail.com

La tassa gara non verrà restituita in caso di assenza o mancata partecipazione.

In caso di annullamento della manifestazione a causa di avverse condizioni meteo marine, verrà spostata a data da destinarsi.

BRIEFING e PUNZONATURA

I nuotatori saranno preventivamente informati del numero della propria batteria e del proprio numero di partenza prima dell'arrivo in camera di briefing. Sarà cura della Giuria la gestione delle fasi di punzonatura e quindi l'apposizione dei numeri sugli atleti. In fase di accredito gli atleti dovranno presentarsi alla Giuria con **TESSERA FEDERALE PER NUOTO DI FONDO, COSTUME DA GARA e per i MASTER anche la BOA.** La chiamata verrà fatta con microfono o megafono. Durante la spiegazione del percorso i giudici di gara procederanno al controllo della numerazione. Appena terminata detta procedura, i nuotatori prenderanno posizione in acqua sull'apposita linea di partenza.

ARRIVO

Gli atleti appena arrivati dovranno liberare velocemente lo zona di arrivo e non sostare nell'area di lavoro.

INFO LOGISTICHE

Il luogo della gara si trova presso l'impianto natatorio "Alfio Flores" Largo Marco Galli 8 di Civitavecchia.

Recapiti Telefonici:

- Federica Feoli - 3357044516

- Michela D'Amico - 3475439872

- Marcello Iacopucci - 3280522021

- Piscina - 3357027973

Eventuali ulteriori informazioni in merito saranno tempestivamente fornite tramite il sito nuotomaster.it

PERCORSO

