

Prot. 12/86/mb

Treviso, 7 febbraio 2024

Attività Regionale Propaganda NUOTO PER SALVAMENTO

Prima giornata 25 FEBBRAIO 2024 - Noale (organizzazione Sporting Club Noale)

Inizio ore 15.00 – Riscaldamento ore 14.30 – Apertura impianto ore 14.15

Per la stagione agonistica 2023/24, come da Circolare Normativa, le categorie sono variate come da prospetto. È prevista la consegna di una medaglia a tutti i partecipanti.

ISCRIZIONI

Sul portale Natatoria entro il **15 febbraio 2024**. Le iscrizioni saranno "assolute" maschi e femmine. Ogni atleta potrà partecipare a tre gare. Ogni Società potrà schierare fino a tre formazioni di staffetta. L'iscrizione non prevede la tassa di partecipazione. **In caso di numero ridotto di iscrizioni la gara verrà annullata.**

CATEGORIE	MASCHI e FEMMINE
ESORDIENTI	2017-2018
GIOVANISSIMI	2015-2016
ALLIEVI	2013-2014
RAGAZZI	2011-2012
JUNIORES	2009-2010
CADETTI	2007-2008

CATEGORIE	PROGRAMMA GARE
ESORDIENTI	-MT. 25 OSTACOLI -STAFFETTA 4X25 OSTACOLI MISTA 2F + 2M
GIOVANISSIMI	-MT. 50 OSTACOLI -MT. 50 TRASPORTO FIGURANTE CON PINNE E TORPEDO (M. 25 nuoto + 25 trasporto) -STAFFETTA 4X50 OSTACOLI MISTA 2F + 2M
ALLIEVI RAGAZZI	-MT. 50 OSTACOLI -MT. 50 TRASPORTO FIGURANTE CON PINNE E TORPEDO (M. 25 nuoto + 25 trasporto) -NUOTO SENZA CORSIE (2 GIRI)
JUNIORES CADETTI	-MT. 100 OSTACOLI -MT. 100 TRASPORTO DEL TORPEDO CON PINNE E TORPEDO (M. 75 nuoto + 25 trasporto) -NUOTO SENZA CORSIE (3 GIRI)

DESCRIZIONE DELLE PROVE

NUOTO CON OSTACOLI

Al segnale di partenza il concorrente si tuffa in acqua e percorre la distanza prevista passando sotto l'ostacolo (pannello verticale di 70 cm) ubicato a metà vasca. È consentito nuotare in qualsiasi stile di nuoto e darsi una spinta dal fondo per facilitare l'emersione. Si deve riemergere dopo il tuffo di partenza e dopo ogni sottopassaggio.

Gli ostacoli saranno disposti, uno per ogni corsia, alla distanza di 12.50 metri dalla testata di partenza (metà vasca).

La prova non è valida se: il concorrente non passa sotto gli ostacoli; non riemerge dopo ogni ostacolo; non tocca la parete alla virata; non tocca la parete all'arrivo e più in generale se non osserverà le norme stabilite dal regolamento federale.

Nota: "risalire in superficie/riemergere" hanno il seguente significato: rompere la superficie dell'acqua, in modo che il capo del concorrente sia visibile.

TRASPORTO del TORPEDO (o ciambella)

Si deve nuotare a stile libero trainando il torpedino o la ciambella con bandoliera a tracolla su una spalla.

Al segnale di partenza, i concorrenti saltano ("passo del gigante") o si tuffano di testa. Trainando l'attrezzo nuotano la prima vasca. Effettuano la virata semplice o a capovolta e percorrono la seconda vasca sempre con l'attrezzo al traino. La prova termina quando il concorrente tocca la parete di arrivo.

TRASPORTO FIGURANTE CON TORPEDO (o ciambella)

Il soccorritore deve nuotare a stile libero trainando il torpedino o la ciambella con bandoliera a tracolla sopra una spalla. Il soccorritore potrà partire con salto o tuffo dal bordo vasca ("passo del gigante") o tuffo di testa dal blocco di partenza. Al segnale di partenza, percorre la distanza di nuoto prevista trainando l'attrezzo. Effettuato il tragitto passerà il torpedino o ciambella al compagno (Figurante) il quale, afferrato l'attrezzo, verrà trainato dal soccorritore fino al traguardo.

Il Figurante deve aspettare in acqua con una mano al bordo o nella zona di cambio. Il Figurante può solo battere le gambe mentre è trasportato. La prova termina quando il soccorritore tocca la parete di arrivo.

STAFFETTA 4X25 OSTACOLI MISTA 2 M 2 F

Valgono le regole del nuoto con ostacoli.

STAFFETTA 4X25 TRASPORTO DEL FIGURANTE CON TORPEDO MS 2 M 2 F

Valgono le regole del trasporto figurante con torpedino. I frazionisti si predispongono due alla partenza (soccorritori) e due (figuranti) sulla sponda opposta o zona di cambio. Quando il primo soccorritore, trainando il figurante, tocca la parete di arrivo, si toglie la tracolla e consegna l'attrezzo al compagno successivo che lo indosserà in ugual modo per potere iniziare la sua frazione e raggiungere il secondo figurante. I figuranti a turno, con una mano sul bordo vasca, attendono in acqua l'arrivo del compagno soccorritore.

NUOTO SENZA CORSIE

La prova è propedeutica alle gare di Fondo, si effettua senza corsie e deve essere svolta in modo da garantire la massima sicurezza dei partecipanti (nuoto senza occhialini).

Si deve LASCIARE LA VASCA LIBERA DA CORSIE e predisporre il campo gara nel seguente modo:

- utilizzare la linea delle bandierine dei mt. 5 (opportunamente abbassate ad altezza di "braccio disteso"); da un lato costituiranno la linea di partenza, dall'altro lato della vasca, ad un'altezza tale che possano essere raggiunte dal braccio disteso, la linea d'arrivo.

- disporre tre boe o galleggianti colorati secondo queste indicazioni:

la prima (N° 1) come vertice di un triangolo al centro vasca a tre metri dalla testata della vasca;

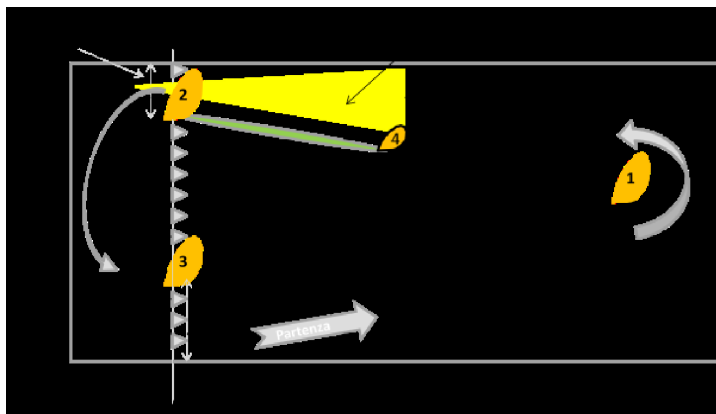
la seconda (N°2) posta a tre metri dalla parete laterale (lato arrivo in linea con le bandierine);

la terza (N° 3) a cinque metri dalla parete laterale opposta (sempre in linea con le bandierine).

- la prova sarà effettuata a serie di 6/8 allievi per categoria.

- lo starter darà il segnale di partenza quando gli Atleti in acqua si saranno schierati con una mano sul bordo della parete della vasca vicino alla boa N° 3.

- la linea di arrivo sarà definita dalla linea delle bandierine, la parete della vasca e la boa 2 posta a mt. 3 dalla parete.
 - gli Atleti, prima della partenza, dovranno essere marcati con un numero sulla spalla o individuando i concorrenti per il colore della cuffia. La classifica sarà stilata in base ai tempi cronometrici.
 - il termine della gara avviene quando gli Atleti toccano le bandierine abbassate.
- Per quanto non contemplato, si rimanda per intero al Regolamento Federale (vedi schema campo).



La Segreteria del CRV FIN