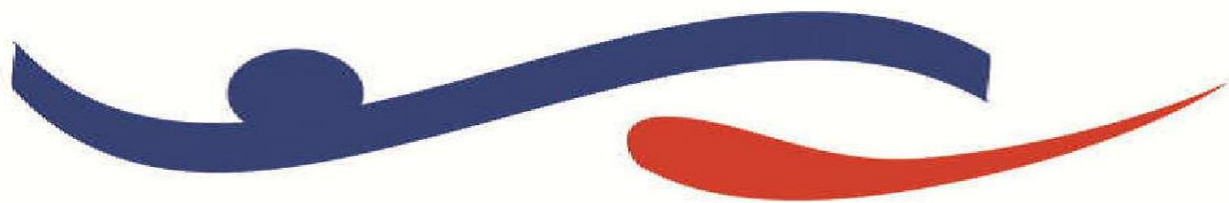


FIN



SALVAMENTO

PROGRAMMA REGIONALE

STAGIONE AGONISTICA 2018/19

Agg. 20/11/2018

PRESENTAZIONE

L'attività regionale è divisa in tre fasi.

Fase Invernale, che comprende:

- **Una prova a tempo**
- **Un Campionato di Categoria**

Fase Primaveraile, che comprende:

- **Una prova a tempo????**
- **Un Campionato Assoluto**

Fase Estiva, che comprende:

- **Un Campionato di Categoria**
- **Un Campionato Assoluto**
- **2 Trofei Nazionali Gare Oceaniche in mare (organizzati in collaborazione con CR PIE)**

ATTIVITA' AGONISTICA PER TESSERATI SALVAMENTO:

CATEGORIA ESORDIENTI B

Anni di nascita: maschi 2008/09 - femmine 2009/10

Gare in programma:

- Nuoto con ostacoli mt 50
- Trasporto manichino(vuoto) mt 50
- **Trasporto manichino con pinne mt 50**
- Staffetta 4x50 ostacoli
- Staffetta 4x25 manichino (manichino vuoto)
- **Staffetta 4x50 mista**

CATEGORIA ESORDIENTI A

Anni di nascita: maschi 2006/07 - femmine 2007/08

Gare in programma:

- Nuoto con ostacoli mt 50
- Trasporto manichino mt 50
- Trasporto manichino con pinne mt 50
- Trasporto manichino con pinne e torpedo mt 100
- Staffetta 4x50 ostacoli
- Staffetta 4x25 manichino
- Staffetta 4x50 mista

CATEGORIA RAGAZZI

Anni di nascita: maschi 2001/02/03 - femmine 2003/05

Gare in programma:

- Nuoto con ostacoli mt 100
- Trasporto manichino mt 50
- Trasporto manichino con pinne mt 100
- Trasporto manichino con pinne e torpedo mt 100
- Superlifesaver mt 200
- Percorso misto mt 100
- Staffetta 4x50 ostacoli
- Staffetta 4x25 manichino
- Staffetta 4x50 mista

CATEGORIA JUNIORES: Anni di nascita: maschi 2001/2002 - femmine 2003/04

CATEGORIA CADETTI: Anni di nascita: maschi 1999/00 - femmine 2001/2002

CATEGORIA SENIORES: Anni di nascita: maschi 1998 e prec... - femmine 2000 e prec...

Gare in programma Categorie Juniores, Cadetti e Seniores:

- Nuoto con ostacoli mt 200
- Trasporto manichino mt 50
- Percorso misto mt 100
- Trasporto manichino con pinne mt 100
- Trasporto manichino con pinne e torpedo mt 100
- Superlifesaver mt 200
- Staffetta 4x50 ostacoli
- Staffetta 4x25 manichino
- Staffetta 4x50 mista
- Staffetta 4x50 mista – mista (M/F) (solo ASSOLUTI)
- **Staffetta Lifesaver M/F 4x50 (solo ASSOLUTI)**
- Line throw: (solo ASSOLUTI)

NORMATIVE GENERALI

ISCRIZIONI ALLE GARE

Le iscrizioni dovranno pervenire entro le ore 17.00 del mercoledì della settimana che precede ogni gara al Comitato Regionale Ligure, tramite il programma gestionale Intranet, dal sito nazionale, delle Società.

Le tasse gara sono di € 4,00 a gara, € 7,00 per staffetta.

NON è possibile effettuare le iscrizioni tramite fax .

Gli assenti andranno comunicati almeno 30 minuti prima dell'inizio della manifestazione.

La partecipazione ai Campionati Regionali di Categoria non prevede tempi limite;

La partecipazione ai Campionati Regionali Assoluti prevede il raggiungimento dei tempi limite in seguito riportati.

ISCRIZIONI ALLE STAFFETTE

Le iscrizioni vanno iscritte secondo le modalità previste per le gare individuali, tramite il programma federale e consegnate compilate sul campo gara al giudice arbitro.

Ai Campionati di Categoria (dove previste) ogni società può iscrivere soltanto una staffetta maschile ed una femminile per ogni categoria.

Le staffette delle categorie Seniores, Cadetti e Juniores, possono essere completate con non più di due atleti appartenenti ad una categoria inferiore, con le seguenti limitazioni:

- Un atleta non può effettuare due volte la stessa staffetta in due categorie diverse in una giornata, nello stesso campionato;
- Le staffette Ragazzi devono essere composte da atleti appartenenti alla categoria Ragazzi.
- La staffetta con ostacoli Es A può essere completata con un massimo di due atleti appartenenti alla categoria "B".

Ai Campionati Assoluti ogni società può iscrivere una sola staffetta maschile ed una sola staffetta femminile assolute.

Gli Esordienti non possono essere impiegati.

ASSOLUTI

Per partecipare al Campionato Assoluto è previsto il raggiungimento dei seguenti tempi limite come da tabella. (vedi tabella ultima pagina regolamento)

Sono programmati su singole prove. Ogni concorrente può partecipare tutte le gare individuali e a tutte le staffette. Ogni Società può utilizzare la wild card, valida per una o due iscrizioni gara segnalandola al Comitato al momento delle iscrizioni e versando la relativa tassa (25€). In questo caso l'atleta potrà gareggiare ma parteciperà senza tempo di iscrizione.

Gli atleti Assoluti che hanno raggiunto un tempo limite possono partecipare ad un'altra prova individuale qualsiasi del programma. Gli atleti Assoluti che hanno raggiunto due tempi limite possono partecipare ad altre due prove individuali qualsiasi del programma.

Esordienti A: possono partecipare fino a **quattro** gare individuali nella propria categoria.

Le pinne dovranno essere di gomma, lunghezza massima 60 cm, non artigianali, come da regolamento nazionale.

Esordienti B: possono partecipare fino a tre gare individuali nella propria categoria.

La prova 50 mt manichino sarà eseguita come se la vasca fosse da 25 mt, con i manichini rivolti verso il blocco di partenza, anche se a centro vasca.

Il manichino verrà tenuto in posizione da un compagno di squadra, con cuffia identificativa della società di appartenenza.

Le pinne dovranno essere di gomma, lunghezza massima 60 cm, non artigianali, come da regolamento nazionale.

Partecipazione alle Prove a tempo: ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 4 prove individuali

CLASSIFICHE INDIVIDUALI

Per ogni prova e per ogni categoria (m/f) comprese le staffette saranno stilate le classifiche in base ai tempi impiegati e a secondo dei piazzamenti verranno attribuiti a ciascuno i punteggi di seguito riportati per la classifica di società:

1° 2° 3° 4° 5° 6° 7° 8° 9° 10° 11° 12° 13° 14° 15° 16°

20 18 16 14 13 12 11 10 8 7 6 5 4 3 2 1

Dal 17° punti 0,5

CLASSIFICHE DI SOCIETA'

Campionati di Categoria: si ottiene sommando i punteggi conseguiti dai migliori quattro atleti di tutte le categorie (m e f) appartenenti alla stessa società, più le staffette.

Campionati Assoluti: si ottiene sommando i punteggi conseguiti da tutti gli atleti (m e f) appartenenti alla stessa società. **Le staffette danno punteggio.**

PROGRAMMA GARE REGIONALE

PROVE A TEMPO Es.B/A/Rg e Assoluti SCIORBA, 25/11/2017 Vasca 50 metri (vasca esterna pallone)

Cronometraggio automatico.

ORARIO:

Pomeriggio: Riscaldamento ore 13.00 - inizio gare ore 14.00

ORDINE DELLE GARE (SULLA BASE DEI CAMPIONATI ASS. di MILANO del 15-16/12/2018)

Gare base

- Nuoto con ostacoli	mt 50	Assoluti	Gara Sprint 1
- Nuoto con ostacoli	mt 50	Es. A e B	
- Nuoto con ostacoli	mt 100	Rag	
- Nuoto con ostacoli	mt 200	Assoluti	GARA 1

5 min. pausa tecnica

- Trasporto manichino con pinne e torpedo	mt 100	Assoluti	GARA 2
- Trasporto manichino	mt 50	Assoluti	GARA 3
- Trasporto manichino	mt 50	manichino vuoto Es. B	

2 min. pausa tecnica

- Trasporto manichino con pinne	mt 50	Assoluti	Gara Sprint 2
- Trasporto manichino con pinne	mt 50	Es.B/A	
- Trasporto manichino con pinne	mt 100	Assoluti	GARA 4
- Trasporto manichino	mt 50	Assoluti	Gara Sprint 3

5 min. pausa tecnica

- Superlifesaver	mt 200	Assoluti	GARA 5
------------------	--------	----------	--------

4 min. pausa tecnica

- Percorso Misto	mt 100	Assoluti	GARA 6
- Pinne	mt 50	Assoluti	Gara Sprint 4

Gare sprint

• Nuoto con ostacoli	mt 50
• Trasporto manichino dall'acqua	mt 50
• Trasporto manichino con pinne dall'acqua	mt 50
• Pinne	mt 50

**CAMPIONATO REGIONALE INVERNALE
DI CATEGORIA Rg/J/C/S Parte 1
SCIORBA, 26/01/2019 Vasca 50 metri (vasca esterna pallone)**

Cronometraggio automatico.

ORARIO:

Pomeriggio: riscaldamento ore 17.00 – inizio gare ore 18.00

ORDINE DELLE GARE

- | | | |
|-------------------------------|--------|-----------------|
| - Nuoto con ostacoli | mt 100 | Rg |
| - Nuoto con ostacoli | mt 200 | J-C-S |
| - Staff. ostacoli 4x50 | | Rg/J/C/S |

5 min. pausa tecnica

- | | | |
|---|--------|-----------|
| - Percorso Misto | mt 100 | Rg-J -C-S |
| - Trasporto manichino con pinne e torpedo | mt 100 | Rg-J-C-S |

Premiazioni

**CAMPIONATO REGIONALE INVERNALE
DI CATEGORIA Rg/J/C/S Parte 2
SCIORBA, 27/01/2019 Vasca 50 metri (vasca esterna pallone)**

Cronometraggio automatico.

ORARIO:

Pomeriggio: riscaldamento ore 14.00 – inizio gare ore 15.00

ORDINE DELLE GARE

- | | | |
|---------------------------------|--------|-----------------|
| - Trasporto manichino con pinne | mt 100 | Rg-J-C-S |
| - Trasporto manichino | mt 50 | Rg-J-C-S |
| - Staff. 4x25 manichino | | Rg-J-C-S |

5 min. pausa tecnica

- | | | |
|----------------------------|--------|-----------------|
| - Superlifesaver | mt 200 | Rg-J-C-S |
| - Staff. 4x50 Mista | | Rg-J-C-S |

Premiazioni

CAMPIONATO REGIONALE INVERNALE
CATEGORIA Es. B-A
SCIORBA, 27/01/2018 Vasca 25 metri (vasca interna)

Cronometraggio manuale.

ORARIO:

Mattina: riscaldamento ore 8.30 – inizio gare ore 9.30.

ORDINE DELLE GARE

- | | | |
|------------------------|-------|---------|
| - Nuoto con ostacoli | mt 50 | Es. B/A |
| - Staff. ostacoli 4x50 | | Es. B/A |

Premiazioni Ostacoli

- | | | |
|---|--------|---------|
| - Trasporto manichino con pinne e torpedo | mt 100 | Es. A |
| - Trasporto manichino (manichino vuoto) | mt 50 | Es. B |
| - Staff. 4x25 manichino (manichino vuoto) | | Es. B |
| - Trasporto manichino con pinne | mt 50 | Es. B/A |
| - Trasporto manichino | mt 50 | Es. A |
| - Staff. 4x25 manichino | | Es. A |
| - Staff. 4x50 Mista | | Es. B/A |

Premiazioni finali

**CAMPIONATI REGIONALI PRIMAVERILI
ASSOLUTI
SCIORBA, 03/03/2019 Vasca 50 metri (vasca esterna pallone)**

Cronometraggio automatico

ORARIO:

Pomeriggio: riscaldamento ore 13.00 – inizio gare ore 14.00

ORDINE DELLE GARE

- Nuoto con ostacoli mt 200

- **Staff. 4x50 ostacoli**

5 min. pausa tecnica

- T. M. con pinne e torpedo mt 100

- Percorso Misto mt 100

5 min. pausa tecnica

- **Staff. 4x25 Manichino**

- T. M con pinne mt 100

- **Staff. Line throw**

- **Staff. 4x50 mista**

- Trasporto manichino mt 50 Ass.

- Superlifesaver mt 200 Ass.

5 min. pausa tecnica

- **Staff. 4x50 lifesaver (2 maschi e 2 femmine)**

Premiazioni gare

Prove a Tempo ASSOLUTI e Es.B/A e Ragazzi
SCIORBA, 24/03/2018 Vasca 50 metri (vasca esterna pallone)
??

Cronometraggio manuale.

ORARIO:

Pomeriggio: riscaldamento ore 13.00 – inizio gare ore 14.00

ORDINE DELLE GARE

- | | | |
|----------------------|--------|-----------|
| - Nuoto con ostacoli | mt 50 | Es. A e B |
| - Nuoto con ostacoli | mt 100 | Rag |
| - Nuoto con ostacoli | mt 200 | Assoluti |

5 min. pausa tecnica

- | | | |
|---|--------|-----------------------|
| - Trasporto manichino con pinne e torpedo | mt 100 | Assoluti |
| - Trasporto manichino | mt 50 | Assoluti |
| - Trasporto manichino | mt 50 | manichino vuoto Es. B |

2 min. pausa tecnica

- | | | |
|---------------------------------|--------|----------|
| - Trasporto manichino con pinne | mt 50 | Es.B/A |
| - Trasporto manichino con pinne | mt 100 | Assoluti |
| - Superlifesaver | mt 200 | Assoluti |

4 min. pausa tecnica

- | | | |
|------------------|--------|----------|
| - Percorso Misto | mt 100 | Assoluti |
|------------------|--------|----------|

**CAMPIONATO REGIONALE PRIMAVERILE
DI CATEGORIA Rg/J/C/S parte 1
SCIORBA, 06/04/2018 Vasca 50 metri (vasca esterna pallone)**

Cronometraggio automatico.

ORARIO:

Pomeriggio: riscaldamento ore 17.00 – inizio gare ore 18.00

ORDINE DELLE GARE

- | | | |
|-------------------------------|--------|-----------------|
| - Nuoto con ostacoli | mt 100 | Rg |
| - Nuoto con ostacoli | mt 200 | J-C-S |
| - Staff. ostacoli 4x50 | | Rg/J/C/S |

5 min. pausa tecnica

- | | | |
|---|--------|-----------|
| - Percorso Misto | mt 100 | Rg-J -C-S |
| - Trasporto manichino con pinne e torpedo | mt 100 | Rg-J-C-S |

Premiazioni

**CAMPIONATO REGIONALE PRIMAVERILE
DI CATEGORIA Rg/J/C/S parte 2
SCIORBA, 07/04/2018 Vasca 50 metri (vasca esterna pallone)**

Cronometraggio automatico.

ORARIO:

Pomeriggio: riscaldamento ore 14.00 – inizio gare ore 15.00

ORDINE DELLE GARE

- | | | |
|---------------------------------|--------|-----------------|
| - Trasporto manichino con pinne | mt 100 | Rg-J-C-S |
| - Trasporto manichino | mt 50 | Rg-J-C-S |
| - Staff. 4x25 manichino | | Rg-J-C-S |

5 min. pausa tecnica

- | | | |
|----------------------------|--------|-----------------|
| - Superlifesaver | mt 200 | Rg-J-C-S |
| - Staff. 4x50 Mista | | Rg-J-C-S |

Premiazioni

**CAMPIONATO PRIMAVERILE ES B/A
RAPALLO, 16/06/2018 Vasca 50 metri**

Cronometraggio Manuale

ORARIO:

Pomeriggio a ore 16.30 risc. ore 17.30 inizio gare

ORDINE DELLE GARE

- | | | |
|------------------------|-------|---------|
| - Nuoto con ostacoli | mt 50 | Es B/A |
| - Staff. ostacoli 4x50 | | Es. B/A |

Premiazioni Ostacoli

- | | | |
|---|--------|---------|
| - Trasporto manichino con pinne e torpedo | mt 100 | Es. A |
| - Trasporto manichino (manichino vuoto) | mt 50 | Es. B |
| - Staff. 4x25 manichino (manichino vuoto) | | Es. B |
| - Trasporto manichino con pinne | mt 50 | Es. B/A |
| - Trasporto manichino | mt 50 | Es. A |
| - Staff. 4x25 manichino | | Es. A |
| - Staff. 4x50 Mista | | Es. B/A |

Premiazioni finali

**1° TAPPA GARE OCEANICHE
TROFEO NAZIONALE CITTA' DI ANDORA
Andora 12-13/05/2018**

Programma da definire

CAMPIONATI REGIONALI ESTIVI
ASSOLUTI e Prova a Tempo Rg
SCIORBA, 29/06/2018 Vasca 50 metri Stadio del Nuoto Albaro

Cronometraggio automatico

ORARIO:

Mattina: riscaldamento ore 7.30 – inizio gare ore 8.30 – **TERMINE PREVISTO ENTRO LE ORE 13.00**

ORDINE DELLE GARE

Cronometraggio automatico

ORARIO:

Pomeriggio: riscaldamento ore 13.00 – inizio gare ore 14.00

ORDINE DELLE GARE

- Nuoto con ostacoli mt 200
- Nuoto con ostacoli (RG) mt 100
- **Staff. 4x50 ostacoli**

5 min. pausa tecnica

- T. M. con pinne e torpedo mt 100
- Percorso Misto mt 100

5 min. pausa tecnica

- **Staff. 4x25 Manichino**
- T. M con pinne mt 100
- **Staff. Line throw**
- **Staff. 4x50 mista**
- Trasporto manichino mt 50 Ass.
- Superlifesaver mt 200 Ass.

5 min. pausa tecnica

- **Staff. 4x50 lifesaver (2 maschi e 2 femmine)**

Premiazioni gare

2° TAPPA GARE OCEANICHE
TROFEO NAZIONALE CITTA' DI ANDORA
Andora 22-23/09/2018

Programma da definire

NORME AGGIUNTIVE

La partecipazione ad un Campionato Regionale o ad un Trofeo Nazionale è condizione indispensabile per l'iscrizione degli atleti ai Campionati Italiani di Categoria.

A tal fine è necessario programmare i Campionati regionali almeno tre settimane prima dello svolgimento dei Campionati Nazionali.

Tutti i Campionati Regionali, sia di Categoria che Assoluti, devono essere svolti in vasca da 50 mt., fatta eccezione per le categorie Es. B e A.

Per ragioni organizzative, tutte le prove a tempo svolte nella vasca coperta dal Pallone, presso l'impianto Sciorba, verranno svolte a porte chiuse, senza il pubblico; l'accesso sarà consentito solo durante i Campionati Regionali di Categoria e Assoluti.

I Campionati Regionali sono organizzati dal C.R.Ligure in collaborazione con le società liguri.

La F.I.N. si farà carico dell'organizzazione, provvedendo a:

- Giuria;
- Medaglie;
- Cronometristi;
- Piastre cronometriche;
- Accettazione iscrizioni gara e stesura dei programmi;
- Personale di segreteria;
- Risultati;
- Medico di servizio.

A cura del Responsabile del Settore Agonistico Marco Marchini
con la preziosa collaborazione dei Tecnici di Società e del Comitato Regionale Ligure.

TABELLA TEMPI LIMITE CAMPIONATI REGIONALI ASSOLUTI

MASCHI	TEMPI V.25Mt	TEMPI V.50Mt
Nuoto con ostacoli	2'28"0	2'30"0
Trasporto manichino	41"0	43"0
Percorso misto	1'29"0	1'30"0
Manichino con pinne	1'09"0	1'08"0
Man. con pinne e torpedo	1'10"0	1'09"0
Superlifesaver	2'45"0	2'48"0
FEMMINE	---	---
Nuoto con ostacoli	2'43"0	2'45"0
Trasporto manichino	48"0	50"0
Percorso misto	1'44"0	1'45"0
Manichino con pinne	1'19"0	1'18"0
Man. con pinne e torpedo	1'20"0	1'19"0
Superlifesaver	3'07"0	3'10"0



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

CALENDARIO SALVAMENTO 2018/19 Regionale e Nazionale

MESE	DATA	MANIFESTAZIONE	CATEGORIA	LOCALITA'	ORARIO
NOVEMBRE	25	PROVA A TEMPO	Es.B/A/R Ass	Sciorba (pallone)	I.G. 14.00
DICEMBRE	15-16	Campionato Assoluto Invernale	Assoluti	Milano	--
GENNAIO	26	Campionato Regionale Invernale Categoria 1	R/J/C/S	Sciorba (pallone)	I.G. 18.00
GENNAIO	27	Campionato Regionale Invernale Esordienti	Es.B/A/	Vasca Interna Sciorba 25 mt	I.G. 9.30
GENNAIO	27	Campionato Regionale Invernale Categoria 2	R/J/C/S	Sciorba (pallone)	I.G. 14.00
FEBBRAIO	20-24	Camp. Italiani di Categoria	Es A/R/J/C/S	Riccione	--
MARZO	03	Campionato Regionale Primaverile Ass.	Assoluti	Sciorba (pallone)	I.G. 14.00
MARZO	24	PROVA A TEMPO ??????????	Assoluti e Rg Es.B/A	Sciorba (pallone)	I.G. 14.00
APRILE	06	Camp. Regionale Primaverile Categoria 1	R/J/C/S	Sciorba (pallone)	I.G. 18.00
APRILE	07	Camp. Regionale Primaverile Categoria 2	R/J/C/S	Sciorba (pallone)	I.G. 14.00
MAGGIO	Data da definire	1° Tappa Gare Oceaniche Trofeo Città di Andora	Es B/A R/J/C/S	Andora Sv	--
MAGGIO	Data da definire	Trofeo Mare Intersociale	Tavola e Surfski	Nervi Sturla	Giornata
MAGGIO	25-26	Assoluti in piscina	Assoluti	Riccione	--
MAGGIO	27-28	Gare Oceaniche	Assoluti	Riccione	--
MAGGIO	29- 01 giu	Gare Oceaniche di Cat.	Es.A R/J/C/S	Riccione	--
GIUGNO	16	Campionato Regionale Primaverile Esordienti	Es.B/A	Vasca Esterna Rapallo 50 mt	I.G. 17.30
GIUGNO	29	Camp. Regionale Estivo Prova a tempo Rg	Assoluti	Stadio del Nuoto Albaro	I.G. 8.30
LUGLIO	10-14	Camp. Italiani di Cat.	Es.A/R/J/C/S	Roma	--
SETTEMBRE	16-30	EUROPEI		Riccione	
	Data da definire	2° Tappa Gare Oceaniche Trofeo Città di Andora	Es.B/A R/J/C/S	Andora Sv	--