

Prot. SP/0185/ca

Palermo li, 13/02/2015

Al **GUG Regionale**

Alle **Società** interessate tramite il sito web

Alla **Fed. Italiana Cronometristi - C.R. Sicilia**
e p.c. **Fed. Italiana Cronometristi - C.P. Messina**

Alla **Direzione Piscina "Cappuccini" - Messina**

Loro sedi

Oggetto: **Campionati Regionali Primavera di Fondo**

Il Comitato Regionale, in collaborazione con la A.S.D. Ulysse, indice ed organizza la Manifestazione in oggetto citata, che avrà svolgimento a Messina presso la **Piscina Cappuccini (50mt – 8 corsie - Cronometraggio Manuale)**, il **3 Marzo 2015 con inizio gare alle ore 9.30.**

REGOLAMENTO ED AVVERTENZE

Sono ammessi a partecipare le Categorie **Ragazzi** nella prova dei **3000 metri**, le Categorie **Juniore** e **Assoluti** (Cadetti e Seniores) nella prova dei **5000 metri**. La gara è valida per il conseguimento dei tempi-limite per i Campionati Italiani Assoluti e di Categoria di Fondo Indoor che si disputeranno a Riccione il 12-13/04/2015. I tempi-limite sono specificati nella tabella in calce.

Le gare saranno disputate in prova unica a serie composte in base ai tempi di iscrizione, con classifica finale a tempi. Se utile a far ridurre la durata della manifestazione sarà consentito far disputare serie miste maschi/femmine, miste 3000/5000m e/o far gareggiare due concorrenti per corsia. E' previsto un tempo massimo per entrambe le gare.

Verranno stilate le seguenti **classifiche per categoria**: Assoluti (Seniores e Cadetti) maschile e femminile 5000m; Juniores maschile e femminile 5000m; I-II Anno Ragazzi 3000m (anni 2000-2001); Ultimo Anno Ragazzi 3000m (anno 1999); Ragazze 3000m.

Per ogni classifica saranno premiati i primi tre atleti classificati e il vincitore sarà proclamato Campione Regionale di categoria.

TEMPO MASSIMO

Il tempo massimo dei 3000 m è fissato in 42'00" per i maschi e in 46'00" per le femmine.

Il tempo massimo dei 5000 m è fissato in 1h.10'00" per i maschi e in 1h.16'00" per le femmine.

Raggiunto il tempo massimo, il Giudice Arbitro fermerà la gara. I concorrenti che non avranno concluso la prova entro il tempo massimo non saranno classificati.

ISCRIZIONI E TASSE GARA

Lo svolgimento della manifestazione è subordinato al numero di iscrizioni ricevute. A tal proposito si chiarisce che il Comitato Regionale si riserva di apportare modifiche al presente programma, dandone tempestiva e capillare comunicazione.

Il **numero massimo di iscritti alla manifestazione è di 48 atleti**, così ripartiti: 24 atleti nella gara dei 3000 metri (12m e 12f) e 24 atleti nella gara dei 5000 metri (12m e 12f). Nel caso in cui uno dei due sessi non raggiungesse il numero di 12, sarà possibile aumentare il numero dell'altro sesso fino al raggiungimento del numero complessivo di 24 per ognuna delle due distanze. Analogamente, qualora in una delle due distanze non si raggiungesse il numero complessivo di 24 atleti, il numero di iscritti nell'altra distanza potrà essere aumentato fino al raggiungimento del numero complessivo di 48 iscritti alla manifestazione. **In caso di numero di iscrizioni eccedenti i suddetti limiti, sarà data la precedenza ai tempi d'iscrizione migliori.**

E' prevista una "lista di riserva" per gli iscritti eccedenti i 48 ammessi. Le Società sono tenute a comunicare eventuali assenze entro le ore 24.00 del 28 Febbraio, per consentire all'organizzazione di convocare in tempo utile i primi iscritti in lista di riserva. Per le assenze non comunicate entro detto termine, alle Società sarà addebitata una penale di euro 50.

Le iscrizioni dovranno essere inviate entro e non oltre le ore **24.00 di Lunedì 23/02/2015** via email all'indirizzo nuoto.sicilia@federnuoto.it, complete di tempo di iscrizione.

Le Società prima dell'inizio della manifestazione, dovranno provvedere al versamento della tassa d'iscrizione fissata in € 10,00 per atleta/gara al responsabile del Comitato Regionale. Tutti gli importi dovranno essere versati **esclusivamente** tramite Bonifico bancario intestato a: **Federazione Italiana Nuoto - C.R. Sicilia** c/c BANCA BNL - IBAN **IT39 C010 0503 3090 0000 0000 705** (Inviare via mail la ricevuta del versamento alla FIN C.R. Sicilia nuoto.sicilia@federnuoto.it entro il 24/02/2015). Non saranno ammesse a partecipare società che non avranno inviato la ricevuta di pagamento.

I risultati delle gare saranno visibili sul sito www.finsicilia.it

NORME GENERALI

Valgono inoltre le seguenti disposizioni comuni sia al Campionato Regionale che a quello Italiano Indoor:

- non sono consentite false partenze; all'atleta che anticipi l'entrata in acqua sarà applicata una penalità di 10 (dieci) secondi o, in caso di indisciplinazione, a giudizio del Giudice Arbitro, la squalifica;
- nel caso di 2 (due) concorrenti per corsia potrà essere dato un secondo "via" a 30 (trenta) secondi di distanza dal primo;
- la segnalazione agli atleti del numero di vasche percorse sarà a cura degli allenatori e/o accompagnatori; quando un allenatore abbia più atleti in gara contemporaneamente, essi dovranno essere sistemati in corsie vicine (per tenere il conteggio dei passaggi è opportuno siano predisposti appositi moduli, di cui si allega un fac-simile);
- gli allenatori, per effettuare le segnalazioni suddette, potranno accedere a tre lati della vasca, lasciando comunque liberi gli spazi destinati ad ufficiali gara e cronometristi; per concordare la registrazione dei passaggi, le modalità di segnalazione degli stessi e la relativa utilizzazione degli spazi, sarà indetta a cura della F.I.N. una riunione tecnica preventiva estesa a tutti gli operatori presenti: Giudice Arbitro ed ufficiali gara; Cronometristi; Allenatori e/o rappresentanti di Società;
- In deroga al regolamento, gli atleti che avranno terminato la prova potranno uscire dalla vasca prima che gli altri concorrenti abbiano ultimato la gara, con l'obbligo di non ostacolarne il transito, pena la squalifica;
- Nel caso di due atleti per corsia, è fatto assoluto divieto di nuotare in scia, pena la squalifica.

Sarà consentito un periodo di riscaldamento di dieci minuti prima di ogni serie.

TEMPI LIMITE PER I CAMPIONATI ITALIANI

- **3000m**
 - Categoria Ragazzi Femmine anno 2001 Tempo limite 38'30"
 - Categoria Ragazzi Femmine anno 2002 Tempo limite 39'30"
 - Categoria Ragazzi Maschi anno 2000/2001 Tempo limite 36'00"
 - Categoria Ragazzi Maschi anno 1999 Tempo limite 35'15"
- **5000m**
 - Categoria Junior Femmine 1999/2000 Tempo limite 1.02'00"
 - Categoria Junior Maschi 1997/1998 Tempo limite 58'30"
 - Categoria Assoluti Femmine Tempo limite 1.00'30"
 - Categoria Assoluti Maschi Tempo limite 56'30"

Per quanto non contemplato, valgono le norme Federali.
Cordiali saluti.

Il Settore Nuoto