



in collaborazione con la società



organizza il

**CAMPIONATO REGIONALE TOSCANO
di mezzofondo e di fondo
in acque libere**



**7° Trofeo "Pegaso"
Agonisti e Master
m 2510/Km 5
18 giugno 2023**

Piombino (LI) - spiaggia Piazza Bovio

PROGRAMMA gara m 2510

Ritrovo atleti ore 8.30

Riunione tecnica ore 9.30

ore 10.00: Partenza gara m 2510 Agonisti (Ragazzi) e Master

La premiazione con le relative classifiche sarà effettuata al termine della gara stessa.

PROGRAMMA gara Km 5

Ritrovo atleti ore 11.30

Riunione tecnica ore 14.30

ore 15.00: Partenza gara Km 5 Agonisti (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 Toscano di mezzofondo e fondo in acque libere** nonché **7° Trofeo "Pegaso"**, potranno partecipare gli atleti (Agonisti e Master) regolarmente tesserati F.I.N. per la stagione 2022/2023 ed in regola con le vigenti normative sportive sanitarie nazionali provenienti anche da altre Regioni con specifica esclusione di atleti del settore Propaganda ed Esordienti.

La prova di **Mezzofondo** si disputerà sulla distanza di **m 2510** e sarà riservata alla categoria **RAGAZZI** (femmine nate 2009/2010; maschi nati 2007/2008/2009) e **MASTER** (M25-M30-M35- M40-M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M100).

La prova di **Fondo** si disputerà sulla distanza di **Km 5** e sarà riservata alle categorie **RAGAZZI** (femmine nate 2009/2010; maschi nati 2007/2008/2009) **JUNIORES** (femmine nate 2007/2008; maschi nati 2005/2006), **CADETTI** (femmine nate 2005/2006; maschi nati 2003/2004), **SENIORES** (femmine nate 2004 e precedenti; maschi nati 2002 e precedenti) e **MASTER** (M25-M30-M35-M40-M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M100).

Il percorso prevede la disputa di un circuito delimitato da boe e si sviluppa in una sorta di rettangolo.

PREMIAZIONI

Ogni atleta partecipante riceverà una maglietta a ricordo della manifestazione.

Le premiazioni per il *Campionato Regionale Toscano in acque libere Agonisti e Master saranno effettuate* come segue:

AGONISTI:

- Ragazzi maschi: primi 3 classificati dei primi due anni (in classifica unica 2008/2009) primi 3 classificati del terzo anno (2007)
- Ragazzi femmine: prime 3 classificate anno 2009 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).

Nel caso che nelle prime tre posizioni ci siano atleti extra-regione saranno effettuate due premiazioni, una riservata agli atleti Toscani ed una riservata a quelli provenienti da fuori Regione (sia per gli Agonisti che per i Master).

ISCRIZIONI AGONISTI e MASTER

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

La chiusura delle iscrizioni sarà ***alle ore 23,45 di domenica 11 giugno 2023.***

Il costo delle iscrizioni (**€ 20,00** per la gara di mezzofondo di m 2510; **€ 25,00** per la gara di fondo di Km 5). La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

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 restituito il 50% della quota versata, la restante somma sarà trattenuta dal Comitato Regionale per le spese comunque sostenute.

BRIEFING e PUNZONATURA

La punzonatura dovrà essere effettuata autonomamente da ciascun atleta nelle fasi antecedenti.

I nuotatori saranno preventivamente informati del numero della propria batteria e del proprio numero di partenza prima dell'arrivo in camera di briefing. 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 rispettare le norme sul distanziamento e comunque non potranno sostare nell'area di lavoro.

INFO LOGISTICHE

Il luogo della gara si trova presso la spiaggia di **Piazza Bovio a Piombino (LI)**.

Recapiti Telefonici:

- F.I.N. Comitato Regionale Toscano: 0556505282 (mail: nuoto.toscana@federnuoto.it)

Eventuali ulteriori informazioni in merito saranno tempestivamente fornite tramite il sito regionale (www.federnuoto.toscana.it).

PERCORSO GARA MEZZOFONDO 2510 MT
1 GIRO



PERCORSO GARA FONDO 5000 MT
3 GIRI

