



Comitato Regionale Toscano

Prova Tempi Limite Criteria "OPEN"

19 Marzo 2023

MASSAROSA (LU)

piscina comunale "Fрати" (via C. Pellegrini, 301)

PROGRAMMA GARE

• **MATTINA**

Riscaldamento: femmine **ore 8.30 - 8.55** / maschi **ore 8.55 - 9.20**

Inizio gare ore 9.30

200 Dorso F/M
100 Rana F/M
200 Farfalla F/M
100 Stile libero F/M
400 Misti F/M
50 Dorso F/M (Jun./Cad./Sen.)
50 Farfalla F/M (Jun./Cad./Sen.)
400 Stile Libero F/M

• **POMERIGGIO**

Riscaldamento: femmine **ore 14.30 - 14.55** / maschi **ore 14.55 - 15.20**

Inizio gare ore 15.30

200 Rana F/M
100 Farfalla F/M
200 Stile libero F/M
100 Dorso F/M
200 Misti F/M
50 Rana F/M (Jun./Cad./Sen.)
50 Stile Libero F/M
800 Stile Libero F/M
1500 Stile libero F/M

Gli orari di riscaldamento e di inizio gara, sia del turno della mattina che del pomeriggio, sono da considerarsi indicativi. Il Comitato Regionale Toscano, una volta chiuse le iscrizioni, si riserverà di apportare eventuali modifiche alla tempistica dandone tempestiva comunicazione.

REGOLAMENTO

La manifestazione è riservata agli atleti, **di tutte le Regioni**, appartenenti alle categorie RAGAZZI, JUNIORES, CADETTI e SENIORES.

Le batterie verranno disputate in base ai tempi di iscrizione (dai più lenti ai più veloci) senza considerare la categoria di appartenenza; nella gara degli 800 SL femmine e 1500 SL maschi, invece, si inizierà dalla batteria più veloce.

Eventuali variazioni alla successione delle gare di cui sopra saranno comunicate tempestivamente.

CRONOMETRAGGIO

Automatico (piastre) a cura della F.I.Cr. (Federazione Italiana Cronometristi)

PARTECIPAZIONE

Ogni società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti ed ogni atleta potrà essere iscritto ad un massimo di **3 gare**. Nelle gare dei **50, 100 e 200 metri di ogni nuotata** saranno ammessi a partecipare soltanto prioritariamente tutti gli atleti le cui prestazioni risultino non superiori di **1 secondo ogni 50 metri** rispetto al relativo tempo limite dei Criteri Nazionali (per la categoria Seniores vale il tempo dei Cadetti).

La Commissione Tecnica si riserva di valutare l'eventuale ammissione di atleti non in possesso dei tempi previsti dai requisiti sopra riportati a completamento delle batterie massime previste per la manifestazione.

L'ammissione alle successive gare, invece, sarà limitata nel seguente modo:

- **400 Stile libero e 400 Misti** - saranno ammessi soltanto coloro che risulteranno **entro 8 secondi** e non oltre dal relativo tempo limite dei Criteri Nazionali (per la categoria Seniores vale il tempo dei Cadetti);
- **800 Stile libero** - saranno ammessi soltanto coloro che risulteranno **entro 16 secondi** e non oltre dal relativo tempo limite dei Criteri Nazionali (per i Seniores vale il tempo dei Cadetti);
- **1500 Stile libero** - saranno ammessi soltanto coloro che risulteranno **entro 30 secondi** e non oltre dal relativo tempo limite dei Criteri Nazionali (per i Seniores vale il tempo dei Cadetti).

Nelle gare 400/800/1500 stile libero e 400 misti il portale sarà impostato in modo tale che gli atleti che non avranno i requisiti non saranno iscrivibili alla manifestazione, mentre nelle altre gare l'iscrizione, pur con le limitazioni descritte, sarà libera.

Eventuali prestazioni utili che invece non comparissero, dovranno essere segnalate per mail all'indirizzo **nuoto.toscana@federnuoto.it** indicando *tempo, vasca, cronometraggio, luogo e data* di effettivo conseguimento (riferito alla stagione 2022/2023) entro la data di chiusura delle iscrizioni stesse.

ISCRIZIONI

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

Le iscrizioni apriranno martedì 14 marzo e chiuderanno **alle ore 23.45 di mercoledì 15/03/'23**.

Il costo delle iscrizioni è di **€ 6.00** per ogni gara.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

