



Comitato Regionale Toscana

in collaborazione con la società



organizza il

**CAMPIONATO REGIONALE TOSCANO
di Mezzofondo Sprint ,
Mezzofondo e di Fondo
in acque libere**



**X° Trofeo "Pegaso" *Agonisti e
Master***

m1852/m2510 /Km 5

**13-14 giugno 2026
Piombino (LI) - spiaggia Piazza Bovio**

PROGRAMMA sabato 13 Giugno mattina gara m 2510

07:30 – Ritrovo atleti (Villaggio gara – Piazza Bovio)

07:30 – 08:45 – Punzonatura 0

9:00 – Riunione tecnica e imbarco giudici

09:10 – Presentazione atleti

09:15 – 09:29 – Accesso alla zona partenza

09:30: Partenza gara m 2510 Agonisti (Ragazzi , Juniores, Cadetti, Seniores) e **Master**

11:00 – 11:30 – Cerimonia di premiazione

PROGRAMMA sabato 13 giugno pomeriggio gara Miglio

13:30 – Ritrovo atleti

13:30 – 14:30 – Punzonatura

15:00 – Riunione tecnica e imbarco giudici

15:10 – Presentazione atleti

15:15 – 15:29 – Accesso alla zona partenza

15:30: Partenza gara m 1852 Agonisti (Ragazzi , Juniores, Cadetti, Seniores) e **Master**

17:00 – Cerimonia di premiazione

PROGRAMMA domenica 14 mattina gara 5 km

07:00 – Ritrovo atleti

07:00 – 08:15 – Punzonatura

08:30 – Riunione tecnica e imbarco giudici

08:40 – Presentazione atleti

08:45 – 08:59 – Accesso alla zona partenza

09:00: Partenza gara Km 5 Agonisti (Ragazzi , Juniores, Cadetti, Seniores) e **Master**

11:30 – Cerimonia di premiazione

PROGRAMMA domenica 14 pomeriggio gara 4x1000m

13:00 – Ritrovo atleti

13:00 – 14:15 – Punzonatura

14:30 – Riunione tecnica e imbarco giudici

14:40 – Presentazione squadre

14:45 – 14:59 – Accesso alla zona partenza

15:00 – Partenza staffetta 4x1000 m

17:30 – Cerimonia di premiazione

REGOLAMENTO

Alla manifestazione, valida come **Campionato Regionale Toscano di mezzofondo e fondo in acque libere** nonché **10° Trofeo “Pegaso”**, potranno partecipare gli atleti (Agonisti e Master) regolarmente tesserati F.I.N. per la stagione 2025/2026 ed in regola con le vigenti normative sportive sanitarie nazionali provenienti anche da altre Regioni con specifica esclusione di atleti del settore Propaganda , Esordienti “A” ed esordienti “B”

La prova del **mezzofondo sprint** si disputerà sulla distanza del **miglio marino** e sarà riservata alla categoria, **RAGAZZI** (femmine nate 2012/2013; maschi nati 2010/2011/2012), **JUNIOR** (premiati per categoria), **CADETTI**(premiati per categoria) , **ASSOLUTI**(premiati per categoria) e **MASTER** (M-20-M25-M30-M35- M40-M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M95-M100)

La prova di **Mezzofondo** si disputerà sulla distanza di **m 2510** e sarà riservata alla categoria **RAGAZZI** (femmine nate 2012/2013; maschi nati 2010/2011/2012) , **JUNIOR** (premiati per categoria), **CADETTI**(premiati per categoria) , **ASSOLUTI**(premiati per categoria) **MASTER** (M20-M25-M30-M35-M40-M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M95-M100).

La prova di **Fondo** si disputerà sulla distanza di **Km 5** e sarà riservata alle categorie **RAGAZZI** (femmine nate 2012/2013 ; maschi nati 2010/2011/2012) **JUNIORES** (premiati per categoria), **CADETTI** (premiati per categoria), **SENIORES** (premiati per categoria) e **MASTER** (M20-M25-M30-M35-M40- M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M100).

La prova della **staffetta** si disputerà sulla distanza **4x1000** m dove ogni squadra potrà iscrivere una sola compagine composta da 2 femmine e 2 maschi nelle seguenti categorie Agonisti RAGAZZI – JUNIORES – UNICA (comprensiva della categoria cadetti e senior) , mentre per i MASTER ogni squadra potrà presentare una compagine composta da 2 femmine e 2 maschi , nelle seguenti categorie 100-119 /120-159/ 160-199/200-239/ 240-279/ 280-319.

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

PREMIAZIONI

Ogni atleta partecipante riceverà un gadget 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 2011/2012)
- Ragazzi maschi : primi 3 classificati del terzo anno (2010)
- Ragazzi femmine: prime 3 classificate anno 2012
- Ragazzi femmine prime 3 classificate anno 2013
- 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)

SOCIETA:

Verranno premiate le prime 3 società Toscane che avranno raggiunto il miglior punteggio complessivo tra le categorie agonisti e master , inoltre verrà premiata la prima società extraregionale che raggiungerà il miglior punteggio complessivo.

ISCRIZIONI AGONISTI e MASTER

Le iscrizioni dovranno essere effettuate 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 07 giugno 2026.**

Il costo delle iscrizioni (€ 17,00 per la gara di mezzofondo sprint, € 22,00 per la gara di mezzofondo di m 2510; € 27,00 per la gara di fondo di Km 5 ; € 40,00 per la staffetta 4x1000). 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

I nuotatori al momento della punzonatura, che sarà fatta a cura del G.U.G, 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.

CRONOMETRAGGIO

Il servizio di cronometraggio sarà effettuato con i chip da polso che saranno consegnati prima della partenza e dovranno essere riconsegnati al momento dell'arrivo agli addetti presenti.

ARRIVO

Gli atleti appena arrivati ,dovranno restituire i chip di cronometraggio a personale presente all'arrivo e 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)
- Responsabile Pampana Samuele : 331 3634366 (mail : pampana.samuele@gmail.com)

Eventuali ulteriori informazioni in merito saranno tempestivamente fornite tramite il sito regionale (www.federnuoto.toscana.it) o al responsabile della manifestazione Pampana Samuele

PERCORSO GARA MEZZOFONDO SPRINT M 1852 - 1 GIRO



PERCORSO GARA MEZZOFONDO m 2510 2 GIRI



PERCORSO GARA FONDO Km 5 – 3 GIRI



PERCORSO GARA STAFFETTA 4X1000 mt

