



# RARI NANTES TRENTO

Associazione Polisportiva Dilettantistica - Via Bettini 7/A, 38123 Trento (TN)

Centro Avviamento allo Sport CONI Codice FIN TRE 000001  
Medaglia d'oro e d'argento CONI al merito sportivo

www.rarinantes.it  
email: info@rarinantes.it  
tel/fax: +39/0461921366

## TUTTI IN PISCINA 2019

La prima giornata si svolgerà presso la piscina coperta Ito del Favero - Via Bettini 7/a – 38123 TRENTO, domenica 20 gennaio 2019.

25 mt. per 8 corsie – cronometraggio manuale - La gestione della segreteria sarà a cura della Rari Nantes Trento. Potranno gareggiare gli atleti regolarmente tesserati per la F.I.N. per la stagione 2018/2019.

### **Categorie ammesse**

Esordienti 2012-2013

Giovanissimi 2010-2011

Allievi 2008-2009

Ragazzi Juniores 2006-2007 2004-2005

Cadetti Seniores 2002-2003 2001-1999

### *Iscrizioni*

Ogni atleta può partecipare a massimo due gare individuali più lo staffetta. Ogni società può iscrivere massimo una staffetta.

Le iscrizioni alla manifestazione dovranno essere effettuate entro le ore 23:59 di lunedì 14 gennaio 2019 tramite il portale on-line della F.I.N.: <https://portale.federnuoto.it>

La quota d'iscrizione è fissata in 2,00 € per ogni atleta/gara e in 4,00 € per lo staffetta, da versare esclusivamente con bonifico bancario intestato a:

### **Rari Nantes Trento**

**IBAN** - IT93G 08120 01802 000004402607

**Causale:** tutti in piscina prima giornata– nome società partecipante

Inviare copia del bonifico tramite e-mail a [info@rarinantes.it](mailto:info@rarinantes.it)

Non saranno accettate iscrizioni senza il pagamento della tassa gara.



# RARI NANTES TRENTO

Associazione Polisportiva Dilettantistica - Via Bettini 7/A, 38123 Trento (TN)

Centro Avviamento allo Sport CONI Codice FIN TRE 000001  
Medaglia d'oro e d'argento CONI al merito sportivo

www.rarinantes.it  
email: info@rarinantes.it  
tel/fax: +39/0461921366

## PROGRAMMA:

**Riscaldamento ore 9.00-9.25**

**Inizio gare ore 9.30**

**50 stile** giovanissimi (2010-2011), allievi (2008-2009), ragazzi (2006-2007), juniores (2004-2005), cadetti (2002-2003) e seniores (2001-1999)

**50 dorso** giovanissimi (2010-2011), allievi (2008-2009), ragazzi (2006-2007), juniores (2004-2005), cadetti (2002-2003) e seniores (2001-1999)

**25 delfino** esordienti (2012/2013), giovanissimi (2010-2011)

**25 dorso, 25 rana e 25 stile** (esordienti 2012/2013)

**50 rana** giovanissimi (2010-2011), allievi (2008-2009), ragazzi (2006-2007), juniores (2004-2005), cadetti (2002-2003) e seniores (2001-1999)

### **Prova SALVAMENTO- DIDATTICA N° 3 - 50 m. Stile libero con ostacolo (e con pinne)**

Dopo un segnale acustico il concorrente si tuffa in acqua e nuota a stile libero; arrivato in prossimità del

sottopassaggio deve nuotare sotto gli ostacoli e riemergere rompendo con il capo la superficie dell'acqua. E' consentito, durante la fase di immersione, spingersi dal fondo per facilitare l'emersione. I sottopassaggi saranno disposti in linea retta per tutta la larghezza della piscina. L'ostacolo dovrà essere rappresentato da 2 corsie (ove possibile, altrimenti due corde con galleggianti che siano comunque ben visibili) poste a 2 metri di distanza l'una dall'altra (all'altezza dei 11.50 metri la prima e dei 13.50 metri la seconda).

Il concorrente verrà escluso dall'ordine di arrivo se non passa sotto agli ostacoli; non riemerge dopo ogni ostacolo; non tocca la parete alla virata; non tocca la parete all'arrivo.

Non sono previste ulteriori penalità.

### **Sfilata degli atleti e premiazione.**

La società organizzatrice declina ogni responsabilità per qualsiasi danno a persone e/o cose che occorrerà prima, durante e dopo la manifestazione.

Per tutte le altre norme di carattere generale si rimanda alla normativa F.I.N. e del C.P.A. Trentino.

Colgo l'occasione per porgere cordiali saluti,

Trento, 14 dicembre 2018



# **RARI NANTES TRENTO**

Associazione Polisportiva Dilettantistica - Via Bettini 7/A, 38123 Trento (TN)

Centro Avviamento allo Sport CONI      Codice FIN TRE 000001  
Medaglia d'oro e d'argento CONI al merito sportivo

[www.rarinantes.it](http://www.rarinantes.it)  
email: [info@rarinantes.it](mailto:info@rarinantes.it)  
tel/fax: +39/0461921366