

# XXXIV° TROFEO DELLE REGIONI

**PISCINA Comunale di Gardolo**  
**Via IV Novembre n° 23/4 -- TRENTO**

**Sabato 19 e Domenica 20 Novembre 2016**

La Uisp Nazionale Nuoto organizza una manifestazione giovanile per gli atleti delle categorie esordienti B e A dell'anno sportivo 2016/2017. Alla manifestazione parteciperanno anche le rappresentative di nuoto sincronizzato in rappresentanza delle regioni che hanno partecipato all'attività nazionale Uisp 2015/2016.

## **REGOLAMENTO GARE DI NUOTO**

### **Art. 1**

Le gare in programma sono:

Gare Individuali

Es. B 50 SL – 50 DO – 50 RA – 50 FA

Es. A 100 SL – 100 DO – 100 RA – 100 FA

Staffette:

Es. B "mistaffetta" 8 x 50 SL (4F + 4M) con ordine di partenza a discrezione;

Es. A "mistaffetta" 8 x 50 SL (4F + 4M) con ordine di partenza a discrezione;

Es. B staffetta 4 x 50 MX F/M

Es. A staffetta 4 x 50 MX F/M;

Ogni regione può iscrivere una sola staffetta mista per categoria e sesso e due "mistaffette" (una per categoria).

### **Art. 2**

Le rappresentative devono essere composte da n° 16 atleti: ES. B n° 8 (4m+4f);

Es. A n° 8 (4 m + 4 f ).

### **Art. 3**

Specifica categorie:

Femmine B 2007/2008 Maschi B 2006/2007

Femmine A 2005/2006 Maschi A 2004/ 2005

### **Art. 4**

Nella finale nazionale ogni atleta può disputare una sola gara più le staffette.

### **Art. 5**

L'assegnazione delle corsie nelle gare individuali viene determinata sulla base dei tempi di iscrizione.

### **Art. 6**

La classifica viene calcolata come segue: 7 punti per il primo classificato, 5 punti per il secondo, 3 punti per il terzo e 1 punto per i rimanenti. Le staffette otterranno punteggio doppio.

**Art. 7**

Le iscrizioni, corredate dei tempi di ciascun atleta devono pervenire entro e non oltre il **11 novembre 2016** alla segreteria " Uisp Nazionale Nuoto " via email all'indirizzo: **giovani.nuoto@uisp.it** .

Tutti gli atleti dovranno essere obbligatoriamente in possesso della tessera Uisp munita di foto e valida per l'anno sportivo 2016/2017.

**Art.8**

Tutti i partecipanti dovranno essere in possesso del certificato medico per l'attività sportiva agonistica del nuoto.

Al fine di consentire un regolare svolgimento della manifestazione si invitano i responsabili delle rappresentative all'osservanza dei tempi e delle modalità del riscaldamento ed in particolare a fare accedere alla vasca solo gli atleti direttamente interessati alle gare.

**Programma gare:****Sabato 19 Novembre**

h 15,00 Riscaldamento Nuoto Sincronizzato

h 15,30 Inizio Gare del Nuoto Sincronizzato

Al termine delle gare di Nuoto Sincronizzato, seguirà la sfilata di tutte le rappresentative Regionali partecipanti. ( Nuoto e Sincro ).

Le rappresentative del nuoto, dovranno trovarsi in piscina alle ore 17,00 del Sabato 19 Novembre.

h 19,00 circa Riscaldamento

h 19,25 inizio gara Mistaffette 8 x 50 SL

**Domenica 20 Novembre**

h 08,30 Riscaldamento femmine

h 08,50 Riscaldamento maschi

h 09,10 Termine riscaldamento

h 09,15 Inizio gare con il seguente ordine:

Dorso - Rana - Farfalla - Stile Libero - Staffetta 4 x 50 MX

Info: Ilario Pontieri 3453838322  
Paolo Malinconi 3338709560

*Uisp Nazionale Nuoto*