

XXXIII° TROFEO DELLE REGIONI

PISCINA Complesso Sportivo "TRINCONE"

Via C.L. Miccoli n° 6 -- Monterusciello - Pozzuoli (NA)

Domenica 06, Lunedì 07 e Martedì 08 Dicembre 2015

La Lega Nuoto Nazionale Uisp organizza una manifestazione giovanile per gli atleti delle categorie esordienti B e A dell'anno sportivo 2015/2016. Alla manifestazione sono invitate, per effettuare la cerimonia di apertura, anche le atlete del nuoto sincronizzato in rappresentanza delle regioni che hanno partecipato all'attività nazionale Uisp 2014/2015. Inoltre, sono invitate squadre di pallanuoto delle regioni presenti agli ultimi Campionati Nazionali Estivi, che gareggeranno in un torneo che si svolgerà nel pomeriggio di Lunedì e nella mattinata di Martedì.

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 2006/2007 Maschi B 2005/2006

Femmine A 2004/2005 Maschi A 2003/ 2004

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 via mail entro e non oltre il **28 novembre 2015** alla segreteria della Lega Nuoto Uisp Nazionale giovani.nuoto@uisp.it e segreteria.nuoto@uisp.it .

Tutti gli atleti dovranno essere obbligatoriamente in possesso della tessera Uisp munita di foto e valida per l'anno sportivo 2015/2016.

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.

Il regolamento del torneo di pallanuoto sarà comunicato a parte.

Le rappresentative (nuoto 16 atleti + 2 tecnici/accompagnatori, sincro 6/8atlete + 1 tecnico/accompagnatore, pallanuoto 12 atleti + 1 tecnico accompagnatore) saranno alloggiate presso alberghi convenzionati.

Programma gare:

Domenica 06 dicembre

h 17,15 Ritrovo delle rappresentative

h 17,45 Presentazione e sfilata delle rappresentative

h 18,00 Esibizione nuoto sincronizzato

h 18,45 Riscaldamento

h 19,15 Mistaffette 8 x 50 SL

Lunedì 07 dicembre

h 08,30 Riscaldamento femmine

h 08,45 Riscaldamento maschi

h 09,00 Termine riscaldamento

h 09,05 Inizio gare con il seguente ordine:

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

h 14,00 Inizio torneo pallanuoto

Martedì 08 dicembre

h 8,00 Torneo pallanuoto

Lega Nuoto Nazionale Uisp