

CAMPIONATO REGIONALIE PRIMAVERILE DI SALVAMENTO ASSOLUTO

BRINDISI 21 FEBBRAIO 2016

La Federazione Italiana Nuoto Comitato Reg.le Pugliese organizza i **CAMPIONATI REGIONALI PRIMAVERILI ASSOLUTI DI SALVAMENTO** Domenica 21 Febbraio 2016 a Brindisi presso la piscina della M.M. "Parodo".

Alla manifestazione potranno partecipare tutti gli atleti/e che nel corso del corrente anno sportivo sono regolarmente tesserati alla F.I.N. (vige il Regolamento Tecnico Nazionale) e hanno conseguito i tempi riportati nella tabella allegata.

Per la Categoria Ragazzi è consentita la partecipazione solo alle gare in cui sia stato conseguito il tempo limite previsto in occasione del proprio Campionato (Manichino - Trasporto con Pinne - Manichino Pinne e Torpedo - Percorso Misto - Super).

Ciascuna società potrà iscrivere una sola staffetta assoluta.

La categoria Esordienti A non può partecipare alle staffette Assolute.

Le iscrizioni da effettuarsi on line sul portale Federnuotopuglia.it, accompagnate dalla ricevuta del versamento di euro 10,00 per ogni atleta partecipante (da una a quattro gare), di euro 8,00 per ciascuna staffetta iscritta, devono essere effettuate sul c/c 23026719 intestato alla F.I.N. ComitatoReg.le Pugliese e dovranno pervenire allo scrivente entro e non oltre il 16 Febbraio 2016.

Potranno altresì esser effettuate iscrizione a mezzo modalità tradizionali (fax- Mail) per le quali sarà applicata una maggiorazione alla tassa gara pari ad €0,50 per atleta iscritto.

Le iscrizioni alle diverse manifestazioni indette dal Comitato Regionale che perverranno oltre la data ultima indicata dal relativo Regolamento non saranno prese in considerazione. Tuttavia per non penalizzare direttamente gli atleti per eventuali ritardi d'iscrizione da parte delle Società, sarà

consentito inviare l'elenco riepilogativo su un foglio excel entro e non oltre il terzo giorno successivo alla data

ultima delle iscrizioni, tramite e-mail all'indirizzo crpuglia@federnuoto.it oppure via Fax 080.5043807, in tal caso latassa gara sarà maggiorata di € 50,00 per diritti di segreteria.

PROGRAMMA GARE

Il programma si articolerà in tre parti in una giornata, due al mattino ed una al pomeriggio

Mattina 1^a parte

Ore 08.30 - 08.55 riscaldamento femmine

Ore 08.55 - 09.20 riscaldamento maschi

Ore 09.30 inizio gare

-Nuoto con Ostacoli 200 f/m

-Staffetta Ostacoli 4x50 f/m

-Trasporto manichino con Pinne 100 f/m

-Staffetta Mista 4x50 mista(2f - 2m)

Mattina 2[^] parte:

Vasca disponibile per scioglimento per 20 minuti

-Percorso misto 100 f/m

-Manichino Pinne e Torpedo 100 f/m

- Staffetta Mista 4x50 f/m

Pomeriggio (3[^] parte)

Ore 15.00 - 15.25 riscaldamento femmine

Ore 15.25 - 15.50 riscaldamento maschi

Ore 16.00 inizio gare

-Trasporto Manichino 50 f/m

-Super Lifesaver 200 f/m

-Staffetta trasporto 4x25 f/m

Le Premiazioni delle relative gare disputate verranno effettuate al termine di ogni singola prova individuale e di staffetta.

La classifica assoluta di società verrà effettuata al termine del campionato.

VEDERE TABELLA TEMPI ALLEGATA

TABELLA TEMPI LIMITE AGGIORNATA(vasca da 25 mt. con cronometraggio manuale)

La Federazione si riserva l'eventuale cambiamento di date e orari per cause sopravvenute.

Per quanto non contemplato vige il regolamento tecnico

Tabella tempi assoluti regionali calcolata sulla base della tabella tempi limite assoluti nazionali maggiorata del 20%

	ASSOLUTI	REGIONALI	PUGLIESI	
<u>Sezione maschile</u>				
Tempi limite	Vasca 50	Vasca 50	Vasca 25	Vasca 25
Gare	Automatici	Manuali	Automatici	Manuali
Nuoto con Ostacoli	2'37"13	2'36"70	2'32"33	2'32"30
Trasporto Manichino	40"24	40"0	39"02	38"80
Percorso Misto	1'26"76	1'26"50	1'24"36	1'24"10
Manichino Pinne	1'05"05	1'04"80	1'06"25	1'06"0
Pinne e Torpedo	1'10"56	1'10"30	1'12"24	1'12"0
Super lifesaver	2'55"79	2'55"40	2'52"19	2'51"80

	ASSOLUTI	REGIONALI	PUGLIESI	
<u>Sezione femminile</u>				
Tempi limite	Vasca 50	Vasca 50	Vasca 25	Vasca 25
Gare	Automatici	Manuali	Automatici	Manuali
Nuoto con Ostacoli	2'54"64	2'54"40	2'49"84	2'49"60
Trasporto Manichino	50"04	49"80	48"84	48"6
Percorso Misto	1'46"78	1'46"40	1'44"38	1'44"0
Manichino Pinne	1'17"81	1'17"50	1'19"01	1'18"70
Pinne e Torpedo	1'23"08	1'22"80	1'25"92	1'25"70
Super lifesaver	3'21"72	3'21"50	3'18"12	3'17"90