



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

Comitato Regionale Lombardo

20137 Milano – Via Piranesi 46 – Tel. 02/7577571 – Fax 02/70127900

www.finlombardia.org e-mail: cr Lombardia@federnuoto.it pec: lombardia@pec.federnuoto.it

Milano, 17 Febbraio 2023

Ns rif. 23-154

Alle Società
Al Gug
Al Presidente FICR Regionale - Gianluigi Figini
All' Associazione Cronometristi Milano
Al Medico della Manifestazione
Al Centro Fin Mecenate

Campionati Regionali Indoor di Fondo - Domenica 19 Febbraio 2023 – Milano D. Samuele

Gli atleti autorizzati a partecipare alla manifestazione sono quelli per i quali risulta l'iscrizione a gestionale. Si richiede pertanto a tecnici e dirigenti il controllo delle stesse con largo anticipo al fine di non incorrere in problematiche che difficilmente potrebbero essere risolte a bordo vasca il giorno della manifestazione

L'apertura dei cancelli avverrà un quarto d'ora prima dell'inizio del riscaldamento, la vasca sarà disponibile per il riscaldamento dalle ore 13.

Programma Gare – Tabella Oraria Indicativa:

Data	Ora	Gara	Sesso	Categoria	Durata	Iscrizioni	Batterie
19/02/2023	13.00	Risc.			60		
19/02/2023	14.00	SL3000	F	Ragazzi	45	16	1
19/02/2023	14.45	SL3000	M	Ragazzi	45	16	1
19/02/2023	15.30	SL5000	F	Assoluti	75	16	1
19/02/2023	16.45	SL5000	M	Assoluti	75	16	1
19/02/2023	18.00	Fine					

Regolamento

Gli atleti gareggeranno in due per corsia e per ogni serie verrà effettuata una partenza unica. **Ogni atleta dovrà essere dotato di due cuffie, colore pieno senza logo, una bianca e una nera.** Il Comitato si riserva la possibilità di far gareggiare gli atleti in serie miste maschi e femmine

Corsie

Le corsie verranno assegnate come segue:

- i sei migliori tempi verranno inseriti nelle 6 corsie centrali (dalla 2 alla 7), col tempo migliore nella corsia 4 e gli altri a seguire.
- I tempi dal 7° al 12° verranno inseriti nelle 6 corsie centrali, col tempo migliore (7°) nella corsia 4 e gli altri a seguire.
- I restanti 4 tempi verranno inseriti nelle corsie laterali.

Non saranno possibili cambi di corsia, salvo quelli che non alterano lo schema di assegnazione sopra indicato, quindi si raccomanda alle squadre di disporre personale sufficiente per seguire gli atleti.

Premiazioni

Saranno premiati con medaglia i primi tre classificati delle categorie Ragazzi e Juniores, ed i primi tre della categoria Assoluti (Cadetti + Seniores).

Per quanto non espressamente indicato valgono le norme federali.