



Comitato Regionale Lombardo

[www.finlombardia.org](http://www.finlombardia.org)

e-mail [crlombardia@federnuoto.it](mailto:crlombardia@federnuoto.it)

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

Milano, 14 gennaio 2013

**Ns rif 13-170**

Alle Società affiliate  
Ai Signori Delegati Provinciali  
Al GUG  
Al Medico Fiduciario Regionale  
Alla piscina D.Samuele  
All' addetto stampa – Attilio Mattioni

## **Attività settore Propaganda 2012-2013 Progetto tecnico e regolamento, settori Nuoto e Salvamento**

### Norme generali

Potranno partecipare alle attività del Settore Propaganda tutti i tesserati di Società e Scuole Nuoto regolarmente affiliate alla FIN per la stagione sportiva 2012 - 2013

- Le categorie e le gare previste per ognuna di esse sono indicate nel seguito
- Le prove di salvamento sono descritte in dettaglio nel seguito
- Ogni provincia organizzerà un proprio circuito provinciale
- Verranno redatte le graduatorie necessarie per la partecipazione alla manifestazione nazionale Tutti in piscina e per la selezione della rappresentativa regionale per il Trofeo delle Regioni
- Tutte le graduatorie non verranno elaborate su una singola manifestazione di selezione, bensì, come previsto dal regolamento nazionale, su più giornate. In particolare, dato il ridotto numero di manifestazioni e l'alto numero di partecipanti, si utilizzeranno tutti i risultati disponibili provenienti dai circuiti di tutte le province

### Trofeo tutti in Piscina

- Verranno elaborate le graduatorie necessarie per l'ammissione al trofeo secondo quanto disposto dal regolamento nazionale

### Trofeo delle Regioni

- Le graduatorie verranno esaminate insieme alle società interessate in due incontri da programmare
- La selezione dei componenti della rappresentativa regionale terrà conto delle prove che gli atleti dovranno effettuare al Trofeo: ogni atleta selezionato dovrà avere partecipato alle gare che dovrà effettuare al Trofeo.
- Si ricorda quindi che, se non vi saranno variazioni nei regolamenti nazionali, requisito indispensabile per l'ingresso in graduatoria è l'aver effettuato almeno una prova di salvamento

- Dal momento che uno degli obiettivi dell'attività del settore è di formare i bambini all'attività di gruppo in un contesto più ampio, verranno programmati degli incontri collegiali
- Dopo la selezione finale verranno programmati il maggior numero possibile di incontri collegiali

#### Comunicazioni

- Tutte le comunicazioni verranno effettuate tramite il sito internet e tramite posta elettronica
- Si pregano pertanto tutte le società di comunicare all'indirizzo [area8.crlombardo@federnuoto.it](mailto:area8.crlombardo@federnuoto.it), un recapito e-mail che permetta di raggiungere con certezza e rapidità le figure operative dell'attività

#### Categorie e gare

In conformità con quanto disposto dal regolamento tecnico nazionale, le categorie e le gare sono uguali per maschi e femmine e sono così suddivise :

Categoria	Anni	Prove nuoto	Prove salvamento	Prove NAZ
Esordienti	2006-2007	25 mt, tutti gli stili MiStaff 4x25 SL + MiStaff 4x25 DO/SL	-/-	
Giovanissimi	2004-2005	25 FA, 50 altri stili MiStaff 4x50 SL - MiStaff 4x25 MI	25 SL ostacolo	P, R 2004
Allievi	2002-2003	50 mt, tutti gli stili MiStaff 4x50 SL e 4x50 MI	50 mt ostacolo 50 mt trasporto	P, R 2003
Ragazzi	2000-2001	50 mt, tutti gli stili, 100 MI MiStaff 4x50 SL e 4x50 MI	50 mt ostacolo 50 mt trasporto	P
Juniors	1998-1999	50 mt, tutti gli stili, 100 MI MiStaff 4x50 SL e 4x50 MI	50 mt ostacolo 50 mt trasporto	P
Cadetti	1996-1997	50 mt, tutti gli stili, 100 MI staffette unificate con categoria Seniores	50 mt ostacolo 50 mt trasporto	P
Seniores	1994-1995	50 mt, tutti gli stili, 100 MI MiStaff 4x50 SL e 4x50 MI Ass	50 mt ostacolo 50 mt trasporto	P

Legenda : P = Trofeo Tutti in Piscina 2012, R = Trofeo delle Regioni 2012

#### Under 25

Si ricorda che i nati degli anni 1993, 1992, 1991, 1990, 1989, dotandosi del requisito aggiuntivo del certificato medico agonistico, possono fare attività di nuoto nella categoria speciale Under-25 ospitata al settore Master

### **Attività provinciale, Milano**

Questo Comitato Regionale organizza la fase provinciale dell'attività per la provincia di Milano, che, per il periodo 2012-2013, comprende quattro prove, facoltative, nei mesi di febbraio, marzo, aprile e maggio 2013.

Di seguito è riportato il calendario dell'attività. Tenere presente che per ogni manifestazione un apposito regolamento, pubblicato sul sito internet, confermerà le gare in programma, la sede e gli orari e fornirà eventuali avvertenze specifiche.

## Norme generali

- E' obbligatorio in tutte le manifestazioni presentarsi muniti del cartellino federale che verrà controllato dalla giuria
- E' consentita a tutti la partecipazione ad una gara individuale di nuoto o salvamento più una staffetta
- E' consentita la partecipazione, facoltativa, ad una seconda gara individuale come segue :
  - una gara di nuoto agli atleti giovanissimi e allievi che effettuano come prima gara la prova di salvamento
- Le staffette si svolgeranno sempre alla fine di ogni turno di gara
- Sarà possibile iscrivere un numero massimo di due staffette per ogni categoria per ogni società
- Il servizio di cronometraggio ed altre operazioni relative alla gestione della gara verranno effettuate per mezzo di addetti forniti dalle società partecipanti in numero proporzionale alla percentuale di atleti iscritti.
- Il numero preciso di addetti necessari per ogni turno gara per ogni società verrà comunicato dopo la chiusura delle iscrizioni. La mancata presenza degli addetti, nel numero previsto, comporterà l'esclusione della società dalla gara successiva.
- Tutte le comunicazioni verranno effettuate tramite il sito internet e tramite posta elettronica. Si pregano pertanto tutte le società di comunicare all'indirizzo [area8.crlombardo@federnuoto.it](mailto:area8.crlombardo@federnuoto.it), un recapito e-mail che permetta di raggiungere con certezza le figure operative dell'attività

## Iscrizioni

- Le iscrizioni dovranno essere effettuate tramite la procedura on-line specifica del settore propaganda già impiegata nello scorso anno agonistico.
- Insieme alle iscrizioni dovrà essere segnalato il nominativo di un referente per eventuali comunicazioni relative alla manifestazione con recapiti telefonico ed e-mail.

## Calendario manifestazioni – ore 09.00 – 14.00 (salvo eventuali modifiche)

<b>Domenica 3 febbraio 2013</b> - Iscrizioni entro 24 gennaio	Piscina Samuele, via Trani - MI
<ul style="list-style-type: none"><li>- Categoria ESO : 25mt tutti gli stili - MiStaffetta 4x25 DO/SL</li><li>- Categoria GIO : 25FA, 25RA, 50SL, 50DO, salvamento: ostacolo, MiStaffetta 4x50 SL</li><li>- Categoria ALL : 50 mt tutti gli stili, salvamento: ostacolo, MiStaffetta 4x50 SL</li><li>- Categoria RAG : 50 mt tutti gli stili, Coppa Misti, salvamento: ostacolo, MiStaffetta 4x50 MI</li><li>- Categorie JUN, CAD, SEN : 50 mt tutti gli stili, salvamento: ostacolo, MiStaffetta 4x50 MI</li></ul>	
<b>Domenica 17 marzo 2013</b> - Iscrizioni entro 7 marzo	Piscina Samuele, via Trani – MI
<ul style="list-style-type: none"><li>- Categoria ESO : 25mt tutti gli stili, - MiStaffetta 4x25 SL</li><li>- Categoria GIO : 25FA, 50RA, 50SL, 50DO, prove di salvamento, MiStaffetta 4x50 MI</li><li>- Categoria ALL : 50 mt tutti gli stili, prove di salvamento, MiStaffetta 4x50 MI</li><li>- Categoria RAG, JUN, CAD, SEN : 100MI, 100SL - prove di salvamento, MiStaffetta 4x50 SL</li></ul>	
<b>Domenica 14 aprile 2013</b> - Iscrizioni entro 4 aprile	Piscina Samuele, via Trani – MI
<ul style="list-style-type: none"><li>- Categoria ESO : 25mt tutti gli stili, 50DO, 50SL - MiStaffetta 4x25 DO/SL</li><li>- Categoria GIO : 25FA, 50RA, 50SL, 50DO, prove di salvamento, MiStaffetta 4x50 SL</li><li>- Categoria ALL : 50 mt tutti gli stili, prove di salvamento, MiStaffetta SL</li><li>- Categoria RAG : 50 mt tutti gli stili, Coppa Misti, prove di salvamento, MiStaffetta 4x50 MI</li><li>- Categorie JUN, CAD, SEN : 50 mt tutti gli stili, prove di salvamento, MiStaffetta 4x50 MI</li></ul>	
<b>Domenica 12 maggio 2013</b> - Iscrizioni entro 2 maggio	Piscina Samuele, via Trani - MI
<ul style="list-style-type: none"><li>- Categoria ESO : 25mt tutti gli stili, 50DO, 50SL - MiStaffetta 4x25 SL</li><li>- Categoria GIO : 25FA, 50RA, 50SL, 50DO, prove di salvamento - MiStaffetta 4x50 MI</li><li>- Categoria ALL : 50 mt tutti gli stili, prove di salvamento - MiStaffetta 4x50 MI</li></ul>	

- Categoria RAG, JUN, CAD, SEN : 100MI, 100SL - prove di salvamento - MiStaffetta 4x50 SL

### Note per tutte

- Manifestazione in più turni divisi per categorie
- Suddivisione turni e orari da comunicare con apposita locandina su sito internet
- Per la categoria Esordienti i cambi delle staffette lato pontone si effettueranno in acqua
- Premio di partecipazione a tutti, consegnata prima della manifestazione durante una brevissima cerimonia con sfilata delle squadre
- Premi di merito eventuali da definire
- Medaglie di piazzamento della Coppa Misti

## **Attività provinciale, altre province**

I Delegati Provinciali comunicheranno il calendario della attività della propria provincia che verrà inserito nel planning regionale visibile sul sito internet.

Successivamente invieranno i risultati di dette manifestazioni che verranno pubblicati in rete e verranno inseriti nelle graduatorie regionali.

Il formato di invio dei dati verrà comunicato con apposito documento

## **Allegato 1 - Riferimenti tecnici**

### Staffette

- Ogni staffetta è composta da 4 partecipanti e viene iscritta per una specifica categoria.
- Almeno due dei suoi componenti devono appartenere alla categoria di iscrizione, i restanti ( fino a un massimo di due ) possono appartenere a categorie inferiori
- Le 'Staffette' sono composte da partecipanti dello stesso sesso, le 'Mistaffette' sono composte da due maschi e due femmine
- Le categorie juniores / cadetti / seniores sono unificate

### Staffetta DO/SL per la categoria Esordienti

- Le frazioni si alternano secondo la sequenza DO partenza dall'acqua, SL, DO cambio con partenza dal blocco e rotazione prima dell'emersione, SL

### Prove di Salvamento : trasporto

La prova è costituita da trasporto del torpedo, 50 mt nuoto con virata secondo la sequenza che segue :

- partenza col tuffo di salvamento
- stile libero, virata e ritorno

Non sono previste penalità

### Prove di Salvamento : ostacoli

L'ostacolo sarà costituito alternativamente dalla griglia verticale o da un tratto orizzontale, delimitato da due traversi distanti circa 70 cm, da superare in immersione. Emergere all'interno comporta la squalifica.

La prova si svolge secondo la sequenza che segue :

- partenza come per le gare di nuoto
- stile libero
- avvicinamento in superficie
- immersione e sottopassaggio
- emersione, rompendo con il capo la superficie dell'acqua. E' consentito spingersi dal fondo.
- nuoto fino alla testata di virata, virata e ritorno secondo la stessa sequenza

Non sono previste penalità

### "Coppa Misti" per la categoria Ragazzi

Nella 1° e nella 3° manifestazione, dove i 100MI non sono presenti nel programma, i primi 3 classificati maschi e femmine di ogni 50 mt acquisiscono il diritto a partecipare, ad una prova sui 100MI a fine manifestazione con l'assegnazione di una medaglia

Cordiali saluti

Il Presidente  
Danilo Vucenovich

