



CAMPIONATO NAZIONALE DI NUOTO IN ACQUE LIBERE E CAMPIONATO REGIONALE LIGURIA

Anno Sportivo 2023 – 2024
I'M PONENTE open water BERGEGGI/SPOTORNO



PREMESSA

Il Centro Sportivo Italiano – Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI – con il supporto dei Comitati Regionali interessati – indice ed organizza la prima edizione del Campionato nazionale di nuoto in acque libere.

CATEGORIE AMMESSE

Categoria	Femminile	Maschile
Esordienti "B"	2015/2014	2014/2013
Esordienti "A"	2013/2012	2012/2011
Ragazzi	2011/2010	2010/2009/2008
Juniors	2009/2008	2007/2006
Cadetti	2007/2006	2005/2004
Seniores	2005/2000	2003/2000
Master	M25 / M30 / M35 / (...)	

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

Potranno prendere parte al Campionato:

- Gli atleti regolarmente tesserati “AT Nuoto/Nuoto in acque libere”, presso le società sportive affiliate al CSI per la corrente stagione sportiva e che risultino in regola con la certificazione medica agonistica prevista per la disciplina;
- Gli atleti regolarmente tesserati per altre FSN, EPS i quali, per partecipare, dovranno essere tesserati anche al CSI;
- È ammessa anche la partecipazione di atleti disabili. Gli atleti disabili (intellettivo - relazionali e fisici) che gareggeranno nelle rispettive categorie d’età e sarà prevista apposita premiazione; alle distanze del miglio, mezzo miglio, 400 kids, e staffette facendo riferimento a norme e tempi di percorrenza sopra indicati.

SPECIALITÀ IN PROGRAMMA

Specialità:	ESO B	ESO A	RAG	JUN	CAD	SEN	MAS
400m / 600m*	X						
1852mt (Miglio Nautico)			X	X	X	X	X
5,0 Km				X	X	X	X
900mt (mezzo Miglio)		X	X	X	X	X	X

*: Unica distanza (promozionale) prevista per la categoria dei più piccoli.

PERCORSI





TEMPI MASSIMI DI PERCORRENZA

- 5km: 2 ore e 30
- Miglio: 1.05 ora
- Mezzo Miglio: 40 minuti S
- Staffette e 400 kids non hanno tempi massimi di percorrenza

PROGRAMMA

l'm ponente Bergeggi/Spotorno

- ore 10.45 5km
- ore 13.30 premiazioni 5km
- ore 14 mezzo miglio
- ore 14.45 400 kids
- ore 15.30 miglio
- ore 16.50 staffetta 2x400m
- ore 17.30 premiazioni gare del pomeriggio

VALIDITÀ DEI REGOLAMENTI

- Il Campionato Nazionale si svolge secondo quanto stabilito dal presente Regolamento Tecnico F.I.N. – F.I.N.A. per le acque libere;
- Per quanto in esso non contemplato, vige “Sport in regola” – Regolamenti nazionali dell’attività sportiva” (Ed. 2021 agg. al 01 settembre 2022).

TITOLI IN PALIO

- Campione Nazionale C.S.I. Mezzo Miglio marino (per sesso e categoria)
- Campione Nazionale C.S.I. 5000m (per sesso e categoria)
- Campione Regionale C.S.I. Miglio marino (Per sesso e categoria);
- Campione Regionale C.S.I. 400m “Kids”;

ISCRIZIONI, QUOTE E METODI DI PAGAMENTO L'ISCRIZIONE

Fatta eccezione per la categoria (promozionale) “Esordienti B”, ciascun atleta potrà prendere parte ad un massimo di 3 gare individuali.

- 5 km euro 25
- 5km + altre distanze (anche tutte) euro 35
- singola distanza: miglio, mezzo miglio, kids e staffetta (staffetta tariffa a coppia) euro 15
- da 2 o più gare (anche tutte, esclusa la 5km) euro 25

LE QUOTE sono comprensive di servizi, iscrizione, assistenza, pacco gara e ristoro, NON è compresa, se non specificato in fase di iscrizione, la boa di sicurezza; la si può portare da casa o acquistarla in loco ad €10 (vedi sotto “è obbligatorio indossare”).



l'iscrizione dovrà essere effettuata esclusivamente tramite portale CSI; l'iscrizione sarà ritenuta valida a seguito dell'invio della ricevuta di pagamento e del riepilogo iscrizioni all'indirizzo email: stilelibero2022@gmail.com

COSTUMI DI GARA

- In tutte le tappe del Campionato – occorrerà indossare i costumi omologati (cfr. Regolamento tecnico FIN - FINA) o comunque quelli consentiti: si rammenta che per le categorie “Esordienti” è consentito unicamente indossare costumi tessili; in forma di slip per i maschi e “olimpionico” per le donne.

ASPETTI ORGANIZZATIVI GENERALI

- Per ciascuna specialità verrà effettuato apposito briefing nel quale verranno illustrati tutti gli aspetti relativi al percorso;
- Le specialità previste per ciascuna tappa si svolgeranno previa idonee condizioni meteomarine;
- In caso di condizioni meteomarine avverse, la specialità interessata verrà rinviata possibilmente sempre nell'ambito della tappa interessata – appena sussisteranno tutte le condizioni;

DOCUMENTI DI RICONOSCIMENTO

- Oltre che al tesseramento CSI, i partecipanti (atleti, dirigenti e tecnici) dovranno comprovare anche la loro identità.
- Il riconoscimento dei partecipanti alla gara potrà avvenire attraverso l'esibizione di uno dei seguenti documenti con foto (in originale):
 - Carta di identità
 - Passaporto
 - Patente di guida
 - Porto d'armi
 - Tessera di riconoscimento militare
 - Tessera di riconoscimento d'una pubblica amministrazione
 - Libretto o tessera universitaria
 - Permesso di soggiorno
 - Foto autenticata rilasciata dalla scuola frequentata, dal Comune di residenza o da un Notaio
 - Tessera dell'azienda della quale si è dipendenti munita di foto e riportante i dati anagrafici.

È OBBLIGATORIO INDOSSARE

CUFFIA della manifestazione nelle tappe in cui è presente nel pacco gara. BOA DI SICUREZZA (Sistema di sicurezza per i nuotatori che viene utilizzata nelle acque libere), nella 5km, nel miglio, nel mezzo miglio. E' possibile portarla da casa o acquistarla in loco ad Euro 10 presso la segreteria della manifestazione nel momento del ritiro pacco gara. I concorrenti che concludono la prova senza boetta riceveranno un minuto di penalità. CHIP per rilevamento dei tempi (nelle distanze in cui è previsto e viene consegnato durante la punzonatura). Il CHIP gara dovrà essere indossato correttamente durante la prestazione acquatica e RESTITUITO al momento dell'ARRIVO. Il personale addetto sarà incaricato



di prelevare da ogni nuotatore tale equipaggiamento, dopo la linea di arrivo. Nel caso in cui un partecipante non restituirà la dotazione richiesta, o l'avesse danneggiata, verrà fermato e sarà tenuto al rimborso del materiale fornito corrispondente ad Euro 15,00. Chi non indosserà le dotazioni sopra citate come indicato non potrà prendere parte alle gare.

È VIETATO INDOSSARE

pinne o respiratori nonché qualsiasi dispositivo che possa essere d'aiuto a migliorarne la velocità, la resistenza o il galleggiamento del concorrente, gioielli, orologi o qualsiasi altro elemento che possa arrecare danni fisici agli altri atleti o portare indebito vantaggio allo stesso concorrente, pena l'esclusione e/o squalifica dalla gara. Sempre nel rispetto degli altri concorrenti, essendo uno sport che prevede il contatto soprattutto in fase di partenza e di giro di boa invitiamo a presentarsi con le unghie delle mani e dei piedi tagliate corte e a togliere pircing altri elementi che possano arrecare danni fisici a se stessi e agli altri.

DISTRIBUZIONE PACCHI GARA e PUNZONATURA

La Segreteria della manifestazione per il ritiro dei pacchi gara è situata presso la spiaggia antecedente lo specchio d'acqua coinvolto nel percorso gara, orari punzonatura e ritiri pacchi gara si trovano nei programmi di ogni tappa.

CONTROLLI E CRONOMETRAGGIO

Il cronometraggio sarà effettuato da un Official Timer MySDAM con tecnologia basata sull'utilizzo di "chip". Ogni partecipante sarà munito, per le gare che lo prevedono, di chip giornaliero, che dovrà essere restituito al termine della gara. In caso di mancata restituzione, verranno addebitati €15,00. Informazioni e condizioni sull'utilizzo dei chip sono pubblicate sul sito MySDAM all'indirizzo www.mysdam.it/infochip.do NB: il mancato o non corretto utilizzo del chip comporterà il non inserimento nella classifica e la non attribuzione del tempo impiegato.

RESPONSABILITÀ NUOTATORI

Il nuotatore (o suoi genitori/tutori) assume la piena responsabilità per la propria partecipazione. È responsabilità del partecipante decidere se abbandonare o continuare la propria gara ed è sempre sua responsabilità custodire i propri effetti personali, gli organizzatori non possono essere ritenuti responsabili per furto, rotture o incidenti prima, durante e dopo l'evento, sia nella zona del villaggio sia nelle aree parcheggio. L'organizzazione non è responsabile per incidenti durante la gara causati da altri partecipanti o conseguenti dalle condizioni meteo marine e dalla conformazione della costa (rocce superficiali ...). L'organizzazione non si assume la responsabilità per incidenti causati da inefficienza, negligenza o scarsa segnalazione. L'organizzazione non si assume alcuna responsabilità per le infrazioni alle vigenti normative nazionali e regionali acquatiche o costiere da parte dei partecipanti o dei loro accompagnatori. L'organizzazione, i suoi supporter e collaboratori non si assumono alcuna responsabilità per le azioni compiute da parte dei nuotatori o dei loro accompagnatori che possono portare a reclami/azioni legali da parte di terzi. Gli Organizzatori declinano ogni responsabilità a riguardo di furti, rotture, incidenti o perdite di oggetti preziosi, borsellini, orologi, vestiti o contenuti dei pacchi gara che verranno consegnati. L'utilizzo della muta è opzionale (obbligatorio solamente se la temperatura dell'acqua fosse inferiore ai 16°), sono ammessi inoltre costumi, mutini, smanicati, costumoni, tutto il resto è vietato. È responsabilità del nuotatore lasciare l'ambiente acquatico e terrestre dove avrà luogo la manifestazione pulito e non inquinarlo. L'organizzazione non si fa carico di eventuali sanzioni derivanti



da una condotta non adeguata sul tema di rifiuti ed inquinamento. I partecipanti che effettueranno “tagli di percorso” e non passeranno esternamente alle boe ufficiali di tale zona verranno squalificati. (Verrà annotato il numero dagli addetti al controllo e alla sicurezza). Il giudizio di squalifica è insindacabile.

NORME PER LA GIUSTIZIA SPORTIVA

MANCATA PARTECIPAZIONE In caso di mancata partecipazione la quota di iscrizione non sarà restituita. È possibile trasferire, comunicandolo con almeno 7 giorni di anticipo via mail all'indirizzo stilelibero2022@gmail.com la propria iscrizione dalla prima alla seconda tappa del circuito l'm Ponente del 2024. In questo modo la somma pagata per l'iscrizione sarà valida per l'altra gara con l'addebito di €10,00 per spese di segreteria. L'iscrizione spostata alla tappa successiva non è automatica, ogni partecipante deve provvedere ad iscriversi in autonomia contattando stilelibero2022@gmail.com. L'iscrizione spostata alla tappa successiva non è cedibile a terzi. Non è possibile trasferire l'iscrizione agli anni seguenti.

AVVIO PROTOCOLLO

I partecipanti sono tenuti ad essere nella zona delle griglie di partenza di ciascuna gara 15 minuti prima dell'orario ufficiale di partenza. Il percorso e altre informazioni pertinenti saranno consultabili sul sito ufficiale della gara, inviate ai partecipanti attraverso newsletter e fornite in occasione del briefing pre-gara. I nuotatori saranno chiamati ad entrare nella zona di partenza 5 minuti prima dell'inizio della gara.

ALCUNE ATTENZIONI E NORME

Partire in modo moderato e cercare il proprio ritmo respiratorio prima di forzare l'andatura. In caso di affanno eccessivo, fermarsi e riprendere fiato. Eventuale richiesta di soccorso in acqua, va eseguita alzando la mano tramite i mezzi di servizio più vicini. E' consentito l'accesso gratuito all'area gara, per il tempo della manifestazione natatoria, ad un accompagnatore per partecipante. È fortemente consigliato, dal momento che non è presente nei pacchi gara di tutte le tappe, arrivare da casa con una o più cuffie di colore acceso di modo da essere ben visibili in mare per qualsiasi evenienza.

NOTE

Io concorrente sono consapevole che iscrivendomi accetto il regolamento integralmente prendo atto, inoltre, che il controllo della corretta avvenuta iscrizione (pagamento + certificato medico) è a carico mio e non dell'organizzazione. Approvo specificatamente ai sensi degli artt. 1341 e 1342 c.c. di assumere ogni responsabilità che possa derivare dalla partecipazione alla manifestazione. L'organizzazione si riserva di modificare il regolamento ed il programma in qualunque momento, ai fini di garantire una migliore organizzazione della manifestazione o in caso di variazione delle normative vigenti in materia di manifestazioni. Eventuali modifiche a servizi, luoghi, orari e regolamento saranno pubblicate sul sito ufficiale della gara e sui canali social di Stile Libero asd e di l'M PONENTE una volta pubblicate si riterranno conosciute da tutti i partecipanti. Email: stilelibero2022@gmail.com Sito internet: www.stilelibero.fun Tel 3401028608 Facebook: Stile Libero ASD e l'm Ponente Instagram: [stileliberoasd](https://www.instagram.com/stileliberoasd) e [im_ponente](https://www.instagram.com/im_ponente) Telegram: l'M PONENTE open water swimming race MEMO E' necessario consegnare all'accettazione il giorno della manifestazione copia cartacea certificato medico (idoneo alle distanze scelte), modulo di adesione correttamente compilato e firmato.