

PROGRAMMI E REGOLAMENTI NUOTO

STAGIONE
AGONISTICA
2019/2020

Comitato Regionale Sardo

Per quanto non esposto si rimanda al Regolamento Tecnico FIN e FINA e al Regolamento Federale dell'attività agonistica.

| | NOME | FUNZIONE | DATA |
|---------------------|----------------------|--|-------------------|
| REDAZIONE | <i>Domenico Elia</i> | <i>Consigliere Regionale Nuoto</i> | <i>25.09.2019</i> |
| VERIFICA | | <i>Componenti del Consiglio Regionale Sardegna</i> | <i>26.09.2019</i> |
| APPROVAZIONE | <i>Danilo RUSSU</i> | <i>Presidente del Consiglio Regionale Sardegna</i> | <i>05.10.2019</i> |

| | | |
|-----------------------------|---------------|---|
| 27 | ottobre 2019 | 1° PROVA DI QUALIFICAZIONE |
| 9/10 | novembre 2019 | 2° PROVA DI QUALIFICAZIONE |
| 24 | novembre 2019 | 1° PROVA GRAN PRIX D'INVERNO ES. B |
| 24 | novembre 2019 | 1° PROVA GRAN PRIX D'INVERNO ES. A |
| 30 novembre/1 dicembre 2019 | | CAMPIONATO REGIONALE ASSOLUTO vasca corta |
| 15 | dicembre 2019 | 2° PROVA GRAN PRIX D'INVERNO A |
| 15 | dicembre 2019 | 2° PROVA GRAN PRIX D'INVERNO B |
| 22 | dicembre 2019 | COPPA CADUTI DI BREMA |
| 12 | gennaio 2020 | 3° PROVA DI QUALIFICAZIONE |
| 18/19 | gennaio 2020 | 1° PROVA TROFEO TOKIO ES. A |
| 19 | gennaio 2020 | 1° PROVA TROFEO TOPOLINO ES. B |
| 25 | gennaio 2020 | CAMPIONATO REG. DI CATEGORIA FONDO INDOOR |
| 8/9 | febbraio 2020 | 4° PROVA DI QUALIFICAZIONE |
| 23 | febbraio 2020 | 2° PROVA TROFEO TOPOLINO ES. B |
| 23 | febbraio 2020 | 2° PROVA TROFEO TOKIO ES. A |
| 29 febbraio / 1 marzo 2020 | | 5° PROVA DI QUALIFICAZIONE |
| 7/8 | marzo 2020 | QUALIFICAZIONE CAMPIONATO REGIONALE ES. A vasca corta |
| 13/14/15 | marzo 2020 | CAMPIONATO REGIONALE GIOVANILE vasca corta |
| 28/29 | marzo 2020 | TROFEO 4MORI ES. B |
| 4/5 | aprile 2020 | FINALI CAMPIONATO REGIONALE ES. A vasca corta |
| 26 | aprile 2020 | 3° PROVA TROFEO TOKIO ES. A |
| 26 | aprile 2020 | 3° PROVA TROFEO TOPOLINO ES. B |
| 2/3 | maggio 2020 | CAMPIONATO REGIONALE ASSOLUTO vasca lunga |
| 16/17 | maggio 2020 | 4° PROVA TROFEO TOPOLINO ES. B |
| 17 | maggio 2019 | 4° PROVA TROFEO TOKIO ES. A |
| 30/31 | maggio 2019 | 6° PROVA DI QUALIFICAZIONE |
| 7 | giugno 2020 | CAMPIONATO REGIONALE A SQUADRE RAGAZZI |
| 13/14 | giugno 2020 | 7° PROVA DI QUALIFICAZIONE / MEETING |

| | |
|----------------------|--|
| 20/21 giugno 2020 | QUALIFICAZIONE AI CAMPIONATI ES.A |
| 27/28 giugno 2020 | CAMPIONATO REGIONALE ES. B |
| 4/5 luglio 2020 | CAMPIONATO REGIONALE ES. A vasca lunga |
| 17/18/19 luglio 2020 | CAMPIONATO REGIONALE GIOVANILE vasca lunga |

Alle Società

Si dà conto delle principali novità contenute nel Regolamento dell'Attività per la stagione agonistica 2019/2020, cui si rimanda per ogni altra informazione, relativamente alle norme e agli adempimenti di vs. pertinenza:

Graduatorie Nazionali

Le Graduatorie Nazionali sono articolate in due sezioni: Assolute e Esordienti.

Si aprono il 1° agosto e terminano il 31 luglio per le gare disputate in vasca da 25 metri; si aprono il 1° ottobre e terminano il 30 settembre per le gare disputate in vasca da 50 metri.

Graduatorie Nazionali Assolute Le Graduatorie Assolute vengono costituite esclusivamente sulla base dei tempi rilevati con il sistema di cronometraggio automatico (piastre di contatto) ottenuti in competizioni disputate in Italia, se inserite nel Calendario Generale, e all'estero, su convocazione federale o se preventivamente autorizzate dal Settore Nuoto.

In caso di inconveniente tecnico che abbia causato l'indisponibilità temporanea delle piastre in una manifestazione approvata con il cronometraggio automatico, nel database federale dovrà essere caricato il file nel quale gli operatori incaricati della gestione della segreteria dei risultati avranno specificato nell'apposito campo del tracciato tutti i tempi delle distanze di gara in cui è stato utilizzato il cronometraggio manuale, che non verranno ufficializzati nelle Graduatorie Nazionali.

Per l'ammissione alle manifestazioni assolute e di categoria organizzate dalla FIN e per la classifica del Campionato Nazionale di Società non sono validi i tempi ottenuti:

- 1) in competizioni con il sistema di cronometraggio manuale, che possono tuttavia contribuire alla costituzione delle graduatorie regionali ai fini della partecipazione alle manifestazioni organizzate dai singoli Comitati e consentire l'ottenimento di una Wild Card Federale per la partecipazione alle manifestazioni nazionali al ricorrere delle condizioni previste nell'omonimo paragrafo della sezione D;
- 2) in prove tempo-limite scorporate o in aggiunta alle gare specificamente e preventivamente previste nel programma di una data manifestazione, come approvata dall'organo di competenza (FIN Centrale o Comitato Regionale). Il termine di scadenza definitivo delle iscrizioni di una data manifestazione è vincolante e dovrà essere prefissato in anticipo a non meno di 10 giorni prima dell'inizio della manifestazione;
- 3) di passaggio, gareggiando su distanze di gara superiori;
- 4) in prima frazione di una gara a staffetta con formazione di genere misto.

Le segnalazioni di eventuali omissioni e/o errori nei tempi registrati nelle Graduatorie Assolute dovranno essere inviate all'indirizzo federale dedicato (graduatorie@federnuoto.it).

Graduatorie Nazionali Esordienti

Nelle Graduatorie Nazionali Esordienti saranno registrati tutti e solo i tempi degli atleti appartenenti alla categoria Esordienti rilevati sia con il cronometraggio automatico (quindi presenti anche nelle "Assolute") sia con il cronometraggio manuale, che al momento dell'acquisizione subiranno la convenzionale maggiorazione di 0.20 centesimi.

Le segnalazioni di eventuali omissioni e/o errori nei tempi manuali registrati nelle Graduatorie Esordienti dovranno essere inviate all'indirizzo istituzionale del Comitato che ha la competenza territoriale della manifestazione.

Norme per l'acquisizione dei risultati nelle Graduatorie Nazionali

1) Manifestazioni disputate in Italia

Al termine di ogni manifestazione federale o extrafederale, il Comitato Regionale competente per territorio è tenuto a importare tempestivamente e comunque non oltre 3 giorni i risultati completi:

a) in formato elettronico .csv o .lxf, secondo tracciati stabiliti dal CED FIN e pubblicati nella sezione del sito (disciplina Nuoto/Regolamento) e comunque compatibili con l'acquisizione nel database federale di tutti i tempi, compresi i parziali (passaggi) registrati dal sistema di cronometraggio automatico per le distanze di gara uguali o superiori a 100m, di tutte le gare disputate sia individuali (incluse eventuali prove-tempo, "australiane", etc.) sia a staffetta;

b) in un unico documento riepilogativo in formato PDF, in cui siano riportati e chiaramente individuabili tutti i tempi parziali (passaggi) registrati dal sistema di cronometraggio automatico per le distanze di gara uguali o superiori a 100m, delle prime frazioni di staffetta e delle prove-tempo, data di disputa di ogni distanza di gara, etc.

Per le manifestazioni federali disputate nella settimana precedente le date di scadenza fissate per il conseguimento dei tempi-limite ai fini dell'ammissione alle manifestazioni assolute e di categoria organizzate dalla FIN il termine per l'importazione del file e della documentazione completa dei risultati nel database federale è ridotto a 24 ore dal termine della manifestazione.

Il mancato rispetto dei termini comporterà per il Comitato Regionale inadempiente la perdita del privilegio di organizzare manifestazioni federali nei 7 giorni che precedono la data di scadenza per il conseguimento dei tempi limite.

La Direzione Sportiva della FIN, ricevuta la documentazione della manifestazione e verificatane la completa rispondenza ai criteri fissati, provvede ad acquisire nelle Graduatorie Nazionali i risultati, che diventano ufficialmente validi anche ai fini dell'ammissione alle competizioni nazionali assolute e di categoria organizzate dalla FIN.

2) Manifestazioni disputate all'estero

In conseguenza di una convocazione federale, i tempi ottenuti in competizioni all'estero saranno acquisiti a cura della FIN senza alcun adempimento a carico della Società per la quale l'atleta è tesserato.

In assenza di convocazione federale, la Società prima della manifestazione deve inoltrare all'indirizzo dedicato (gare.estero@federnuoto.it) formale richiesta di autorizzazione a partecipare a competizioni al di fuori del territorio nazionale.

La partecipazione va comunicata tramite e-mail, spedita dall'account ufficiale della Società, con almeno un giorno di anticipo sull'inizio della competizione all'indirizzo istituzionale gare.estero@federnuoto.it e deve riportare nazione, località e data di svolgimento della manifestazione.

Per l'autorizzazione del Settore Nuoto vale il silenzio-assenso: la partecipazione si intende cioè senz'altro approvata, a meno di non ricevere dagli Uffici Federali riscontro in senso contrario. La Società avrà in ogni caso cura di conservare fino al termine della stagione copia della e-mail, pronta per essere nuovamente inoltrata in caso di espressa richiesta in tal senso degli Uffici Federali.

I risultati della manifestazione all'estero la cui comunicazione di partecipazione sia stata spedita da indirizzo mail con mittente privato, notificata al Settore Nuoto successivamente alla disputa dell'evento o a indirizzi diversi da quello istituzionale non saranno acquisiti nelle Graduatorie Nazionali in tempo utile per essere validi ai fini dell'ammissione alle manifestazioni assolute e di categoria organizzate dalla FIN.

Acquisizione tempi manifestazioni in Europa e in Canada

L'acquisizione dei risultati ottenuti in competizioni organizzate da Federazioni affiliate alla LEN e dalla Federazione Canadese avverrà esclusivamente tramite il file Lenex consolidato nel sito delle graduatorie ufficiali dell'istituzione continentale (www.swimrankings.net).

Qualora il file dei risultati ufficiali non fosse trasmesso al portale LEN dalla Federazione competente per territorio, ai fini dell'ammissione a manifestazioni federali la Società potrà documentare i tempi non registrati nelle Graduatorie Nazionali per inadempienza della federazione straniera che ha organizzato l'evento, inviando il pdf con il riepilogo dei risultati della manifestazione – entro la settimana che precede la data di scadenza per il conseguimento dei requisiti di ammissione – alla FIN (graduatorie@federnuoto.it) in caso di tempi utili all'ammissione a manifestazioni di attività nazionale, al Comitato competente in caso di tempi utili all'ammissione a manifestazioni di attività regionale.

Acquisizione tempi manifestazioni in paesi extraeuropei (escluso il Canada)

Per l'acquisizione dei risultati ottenuti in competizioni organizzate da federazioni extraeuropee, esclusa quella canadese, la Società è tenuta a trasmettere all'indirizzo dedicato (gare.estero@federnuoto.it) la documentazione ufficiale della manifestazione (pdf; link alla pagina live dei risultati con indicazione in dettaglio delle gare disputate), nella quale sia chiaramente indicato il tempo di ogni prestazione di cui si richiede l'acquisizione nelle Graduatorie Nazionali. In caso di competizione svolta in due o più giorni la documentazione andrà obbligatoriamente integrata con il programma-gare della manifestazione, qualora nel pdf non sia specificata la data esatta per ogni singola prestazione di cui si richiede l'acquisizione.

Atleti residenti all'estero

La Società è tenuta a notificare al Settore Nuoto tramite invio del relativo modulo disponibile nel sito federale ogni atleta tesserato anche con Società affiliate a federazioni straniere perché residente all'estero, che da quel momento si intenderà autorizzato a partecipare a tutte le competizioni disputate al di fuori del territorio nazionale, purché comunicate nei termini di seguito indicati.

I tempi eventualmente conseguiti prima della notifica al Settore Nuoto non saranno registrati nelle Graduatorie Nazionali.

Per ottenere l'acquisizione nelle Graduatorie Nazionali dei risultati di atleti tesserati con Società affiliate a federazioni straniere, la Società deve comunicare all'indirizzo dedicato (gare.estero@federnuoto.it) prima dello svolgimento della manifestazione nazione, località, data e gare disputate dall'atleta.

Risultati comunicati oltre il termine indicato non saranno acquisiti nelle Graduatorie Nazionali in tempo utile per essere validi ai fini dell'ammissione alle manifestazioni assolute e di categoria organizzate dalla FIN.

Se la rappresentanza sportiva dell'atleta residente all'estero è italiana, tutti i tempi ottenuti saranno acquisiti nelle Graduatorie Nazionali secondo le procedure indicate nei paragrafi precedenti in base alla federazione che organizza la manifestazione.

Se la rappresentanza sportiva è diversa dalla italiana, all'atleta residente all'estero verranno riconosciuti esclusivamente i tempi utili ai fini dell'ammissione alle manifestazioni nazionali organizzate dalla FIN, che dovranno essere documentati a cura della Società per la quale l'atleta è tesserato entro la settimana che precede la data di scadenza per il conseguimento dei requisiti di ammissione mediante invio all'indirizzo istituzionale (gare.estero@federnuoto.it) dei risultati ufficiali in formato pdf, completi di luogo e data di ogni singola distanza di gara disputata, della manifestazione in cui sono state ottenute le prestazioni di cui si richiede l'omologazione.

Riconoscimento tempi "australiana"

I tempi conseguiti in gare con formula "australiana" verranno acquisiti solo se il format utilizzato per la disputa sarà tale da rendere possibile per gli operatori addetti alla segreteria dei risultati la registrazione completa dei vari turni.

Riconoscimento tempi in yards

I tempi conseguiti in manifestazioni disputate con base vasca in yards saranno riconosciuti, previa conversione in vasca da 25m, solo se utili ai fini dell'ammissione dell'atleta a manifestazioni nazionali organizzate dalla FIN con tabelle di tempi-limite in vasca corta. Tali tempi dovranno essere documentati a cura della Società per la quale l'atleta è tesserato entro la settimana che precede la data di scadenza per il conseguimento dei requisiti di ammissione mediante invio all'indirizzo istituzionale (graduatorie@federnuoto.it) dei risultati ufficiali in formato pdf, completi di luogo e data di ogni singola distanza di gara disputata, della manifestazione in cui sono state ottenute le prestazioni di cui si richiede

Si precisa che gli orari e le sedi sotto riportati sono indicativi, gli stessi potranno subire variazioni nel corso della stagione agonistica, che saranno comunicate con apposite e-mail e pubblicate nelle start-list ufficiali.

Le gare si svolgeranno a serie e in vasca da 25 mt, salvo quando diversamente specificato nei singoli regolamenti.

Qualsiasi gara venga effettuata in contemporanea a Meeting Nazionali e Internazionali avrà valenza per le qualificazioni dei campionati sardi (Categoria o Assoluti), PERTANTO LE SOCIETA' DOVRANNO COMUNICARE (a mezzo mail) I RISULTATI entro due giorni dalla fine della manifestazione.

AVVERTENZE:

- Al fine di agevolare la tempistica delle Manifestazioni a vantaggio di tecnici, atleti, giudici e cronometristi, sarà possibile prevedere la disputa di serie unificate Maschi e Femmine nelle distanze degli 800m e 1500m stile libero senza che questo pregiudichi l'acquisizione dei risultati nelle graduatorie nazionali. Eventuali record Europei o Mondiali conseguiti in questa condizioni (serie Miste), per specifica indicazione di L.E.N e F.I.N.A non saranno omologabili.

- Il Comitato regionale si riserva di modificare sedi e orari delle manifestazioni sulla base delle esigenze di programmazione dando congruo avviso alle Società iscritte.

NORME GENERALI

N.B. Tali norme si intendono sempre valide, salvo quando diversamente previsto dagli specifici regolamenti delle singole manifestazioni dei vari settori.

Per quanto non diversamente disposto di seguito si rimanda ai regolamenti e alle norme generali dei calendari nazionali.

ACCESSO AL PIANO VASCA

L'accesso al piano vasca durante lo svolgimento delle manifestazioni è consentito ai soli Giudici, Cronometristi, Medici, Atleti e Tecnici delle società iscritte in regola con le disposizioni federali in materia, eventuali Componenti del Comitato Regionale Sardo o del Comitato Organizzatore.

Da 15 minuti prima dell'inizio delle gare fino a 15 minuti dopo la fine delle stesse, nel recinto riservato al loro svolgimento non sono ammessi che gli Ufficiali di Gara in servizio e gli atleti di turno. Ogni altra persona potrà accedervi solamente se convocata dal Giudice Arbitro e sostarvi solamente negli intervalli fra gara e gara. Fotografi, operatori cinematografici e televisivi devono attenersi alle indicazioni che il Giudice Arbitro riterrà opportuno di dare loro, per il servizio dentro e fuori del recinto riservato allo svolgimento delle gare.

Atleti non impegnati nelle gare, Tecnici e Dirigenti delle Società dovranno rimanere nelle zone loro assegnate. Solo Tecnici e Dirigenti, in possesso della tessera valida per l'anno in corso, potranno conferire col Giudice Arbitro. Nessuno potrà fermarsi al tavolo della giuria senza l'autorizzazione del Giudice Arbitro.

TASSE GARA E MULTE

- | | | |
|---|-----------------|------------------|
| • Prove tempi Esordienti | € 5,00 atl/gara | Staffette €10,00 |
| • Campionati regionali Esordienti | € 7,00 atl/gara | Staffette €10,00 |
| • Prove Tempi ASSOLUTI €10,00 | € 7,50 atl/gara | Staffette |
| • Campionati Regionali Assoluti /di Categoria | € 7,50 atl/gara | Staffette €10,00 |
| • Fondo indoor | € 7,50 atl/gara | |

Cartellino prepagato Prova Tempi € 8,50 cad.

Multa mancato obiettivo Prova Tempi (+2%) € 14,00

Multa per le assenze non segnalate cat. Esordienti € 20,00 assenza/gara

Multa per le assenze non segnalate altre categorie € 40,00 assenza/gara

Multa mancato rispetto norme Prove Tempi. € 20,00 cad.

Multa per ritardata iscrizione (indipendentemente dal n° iscritti) €150,00 oltre regolare tassa gara

La segnalazione degli assenti dovrà essere presentata al Giudice Arbitro non oltre i 30' (trenta minuti) antecedenti l'inizio della manifestazione, utilizzando l'apposito modulo, compilato in maniera chiara e firmato dal rappresentante di Società. Non potranno essere accettate segnalazioni di eventuali assenti per turni diversi da quello di svolgimento (esempio: la mattina per gare che si disputano la sera).

Qualora un'assenza non comunicata per iscritto nei termini previsti sia giustificata da certificato medico, la sanzione pecuniaria non sarà applicata, ma l'atleta non potrà disputare nessuna delle gare alle quali era iscritto nella giornata in cui è stato presentato il documento.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni alle gare dovranno essere effettuate attraverso il nuovo Portale gestionale Federale, a cui si accede con le proprie credenziali. La Società potrà **iscrivere gli atleti, regolarmente tesserati per la stagione in corso**, alla manifestazione d'interesse entro la data indicata dal regolamento particolare della stessa; solo se inserito nella sezione economato il credito necessario.

Nelle gare a staffetta, quando previste dal programma della manifestazione, la Società è tenuta pertanto a iscrivere sul gestionale FIN, fino a un massimo di 4 per ogni gara di staffetta alla quale intende partecipare, anche gli atleti che si riserva di utilizzare nella manifestazione unicamente come frazionisti, fermo restando il diritto di schierare nella formazione ufficiale comunicata il giorno della gara a staffetta tutti quelli già iscritti a gare individuali.

Si richiama l'attenzione sul rispetto delle date di Scadenza Iscrizione. Sarà consentito, entro 24 ore dalla data di scadenza delle iscrizioni, comunicare via mail eventuali ritardi e/o modifiche, che saranno comunque sanzionati con un ammenda di € 150.00.

I risultati saranno pubblicati su apposita sezione del sito regionale (www.nuotosardegna.it).

ASSENZE E RISERVE

In tutte le gare che prevedono finali o semifinali, i due concorrenti che, in base ai tempi dei turni precedenti risulteranno i migliori esclusi fungeranno da prima riserva quello in possesso del tempo migliore tra i due e da seconda riserva l'altro. In caso di rinuncia di uno dei concorrenti ammessi, subentrerà la prima riserva; in caso di due o più rinunce, subentreranno entrambi. Le corsie delle serie/finali dovranno essere ricomposte sulla base dei tempi: non si procederà ad alcun recupero di altri concorrenti anche in caso di ulteriori rinunce.

Nelle manifestazioni ove siano previste le riserve, le eventuali rinunce alle semifinali e/o alle finali vanno ufficialmente comunicate alla Segreteria presente sul campo *entro e non oltre mezz'ora dall'inizio della manifestazione*, perché la stessa possa provvedere *tempestivamente* alle modifiche necessarie ed alle segnalazioni di competenza alle riserve. Qualora la comunicazione della rinuncia venga effettuata dopo che il termine è trascorso, o la rinuncia stessa non venga resa nota prima dell'appello dei concorrenti alla finale in questione, la Segreteria cercherà egualmente di provvedere, anche in presenza di tempi tecnici estremamente ridotti, alle incombenze necessarie per la sostituzione con la o le due riserve previste, salvo il caso in cui l'assenza sia riscontrata al momento della partenza della gara interessata. Nel caso si verificasse un'assenza in manifestazioni che prevedono la disputa di finali con 12/16 atleti il 7°/9° tempo fungeranno da riserva per la finale più forte, va da sé che il 13°/17° tempo di qualificazione verrà inserito nella finale meno veloce; se dovessero verificarsi due assenze il 7° e 8°/9° e 10° tempo della qualificazione accederanno alla finale dei tempi migliori, le due riserve verranno inserite nella finale meno veloce.

Nelle gare in cui sono previste riserve, queste dovranno essere inserite quando si verificassero delle assenze ricomponendo le serie o finali in base ai tempi.

Per le motivazioni sopra esposte, anche l'assenza delle riserve dovrà sempre essere segnalata 30 minuti prima dell'inizio della manifestazione, pena una multa di € 20.00 per gli esordienti e di € 40.00 per le altre categorie.

Nelle manifestazioni per le quali è previsto un numero di gare massimo al quale un'atleta può partecipare, qualora tale numero dovesse essere superato all'atto dell'iscrizione, l'atleta verrà escluso dalla classifica di tutte le gare alle quali avrà preso parte.

Le manifestazioni che prevedono premiazioni saranno organizzate dal Comitato in modo da valorizzare il più possibile tale momento. Sarà cura del Comitato comunicare l'ordine e la relativa tempistica da rispettare. Si chiede, pertanto, la massima collaborazione delle società per informare tempestivamente l'atleta nel rispettare la cerimonia di premiazione. In particolari occasioni, dettate da ritardi e rallentamenti nello svolgimento della manifestazione, è discrezione del Giudice Arbitro, fare svolgere le premiazioni durante le gare dei 1500m e/o degli 800m. Lo stesso Giudice Arbitro potrà decidere se rinviare la premiazione nella parte o nella giornata di gara seguente. Tutto ciò sarà tempestivamente comunicato alle società presenti sul piano vasca.

Wild Card e Staffette

Per usufruire delle wild card (quando previste dal regolamento della singola manifestazione) è richiesto un deposito cauzionale al momento dell'iscrizione, che verrà restituito in caso di assenza solo se questa sarà comunicata prima dell'inizio del relativo turno di gara; per le staffette viene indicato direttamente nelle tabelle il tempo massimo da conseguire nelle varie manifestazioni per non incorrere nella multa. Le **due wild card a disposizione delle società in ciascuna manifestazione** potranno essere utilizzate indifferentemente una per settore od entrambe nello stesso settore.

Campionati Regionali : 50 m dorso, rana, farfalla

Nei **Campionati Regionali di categoria e giovanili** è consentito ai Comitati ammettere l'iscrizione ai **50 dorso, 50 rana, 50 farfalla** anche di atleti appartenenti alla categoria **Ragazzi mediante Wild Card** (deposito cauzionale di € 10,00 in aggiunta alla tassa di iscrizione). I nuotatori così iscritti, per ottenere la restituzione della tassa, dovranno conseguire nella gara a cui la wild card si riferisce, tempi uguali o migliori di quelli della seguente tabella, valida per l'intero territorio nazionale:

| Gara | MASCHI | | FEMMINE | |
|--------------------|--------|--------|---------|-------|
| | 50 mt. | 25 mt. | 50mt. | 25 mt |
| 50 Dorso | 29.9 | 28.5 | 33.9 | 32.9 |
| 50 Rana | 32.8 | 31.8 | 37.4 | 36.4 |
| 50 Farfalla | 27.3 | 26.8 | 31.4 | 30.9 |

Campionati Regionali Assoluti, Giovanili e di Categoria : partecipazione Esordienti A

Gli appartenenti alla categoria "Esordienti A" potranno partecipare, a pieno titolo inquadrati come "Ragazzi", alle gare individuali dei Campionati Regionali Assoluti, **Giovanili e di Categoria** e, per estensione, alle fasi di qualificazione relative a tali Campionati o ad altre manifestazioni federali.

La partecipazione è consentita limitatamente alle gare degli stili nei quali abbiano ottenuto in vasca lunga (o attraverso la conversione di un tempo ottenuto in vasca corta in base alla specifica tabella pubblicata nella sezione D del regolamento federale) almeno un tempo pari o migliore rispetto a quelli indicati nella seguente tabella **nell'annata agonistica 2018/2019 (o anche 2017/2018), prima** delle date di chiusura delle iscrizioni fissate da ciascun Comitato, salvo che il Comitato Regionale non abbia prefissato limiti ancora più severi, in forza del precedente paragrafo:

| GARE | MASCHI | FEMMINE |
|----------------|---------------|----------------|
| 100 St.libero | 1.02.0 | 1.06.5 |
| 200 St.libero | 2.15.0 | 2.23.0 |
| 400 St.libero | 4.44.0 | 5.00.0 |
| 800 St.libero | --- | 10.15.0 |
| 1500 St.libero | 18.30.0 | -- |
| 100 dorso | 1.11.0 | 1.16.5 |
| 200 Dorso | 2.32.0 | 2.43.0 |
| 100 Rana | 1.18.0 | 1.24.0 |
| 200 rana | 2.50.0 | 3.00.0 |
| 100 farfalla | 1.09.0 | 1.14.0 |
| 200 Farfalla | 2.32.0 | 2.41.0 |
| 200 Misti | 2.32.0 | 2.42.0 |
| 400 misti | 5.23.0 | 5.42.0 |

Nelle gare a staffetta valide per i Campionati di Categoria e Giovanili vige la norma per cui uno staffettista non può ripetere la stessa gara a staffetta in altra categoria, anche quando programmate in giornate o turni diversi.

PROVE TEMPI

Le prove tempi sono legate al conseguimento di un tempo limite. Tale tempo è riferito solo ed esclusivamente al tentativo di miglioramento di un primato regionale o al conseguimento di un tempo limite imposto da tabella federale.

Il relativo cartellino, acquistato in precedenza, dovrà indicare il tempo da conseguire e la motivazione della richiesta.

Se il tempo ottenuto dall'atleta supera del 2% l'obiettivo prefissato, verrà comminata la multa di €14,00 secondo la tabella.

Le prove tempi possono essere richieste al Giudice Arbitro in tutte le manifestazioni regionali ufficiali. Devono obbligatoriamente essere richieste con l'apposito cartellino PT (prova tempi) regolarmente vidimato dal Comitato e compilato secondo le specifiche sopra indicate.

Le suddette prove dovranno essere richieste al Giudice Arbitro entro 30 minuti antecedenti l'inizio della manifestazione. Si disputeranno per le distanze dei 50m, 100m, 200m e 400m nei 15 minuti compresi tra la fine del riscaldamento e l'inizio della manifestazione. Le gare degli 800m e 1500m possono essere svolte solo ed esclusivamente alla fine della parte di gara in cui vengono richiesti.

Se il numero delle prove tempi richieste, fosse tale da superare i 15' messi a disposizione e costringesse a posticipare l'ora d'inizio ufficiale della manifestazione, il Giudice Arbitro ha la totale facoltà di decidere, secondo l'ordine di presentazione al tavolo della Giuria, di inserire le rimanenti prove al termine del programma gare.

Sarà comunque possibile disputare le stesse in momenti diversi della manifestazione solo con l'unanime consenso di tutti i rappresentanti di Società presenti. I tentativi individuali saranno accorpati per sesso, categoria e gara in base a criteri di opportunità.

Nelle manifestazioni riservate alla categoria assoluti (Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores) la prova tempi può essere richiesta al Giudice Arbitro solo se la società e l'atleta risultino iscritti e partecipanti alla manifestazione. Un atleta della categoria Esordienti A può effettuare prove tempi solo ed esclusivamente per un tentativo di record e/o un tentativo di tempo limite per la partecipazione ai campionati italiani giovanili. Il mancato rispetto di queste norme, comporterà una multa di euro 20,00 cadauno.

Gli atleti della categoria Es. B non potranno invece effettuare nessuna Prova Tempi.

PUNTEGGI GARA

PRIMI 6

| | |
|-----------------|---------|
| 1° CLASSIFICATO | 7 PUNTI |
| 2° “ | 5 |
| 3° “ | 4 |
| 4° “ | 3 |
| 5° “ | 2 |
| 6° “ | 1 |

PRIMI 8

| | |
|-----------------|--------|
| 1° CLASSIFICATO | 9PUNTI |
| 2° “ | 7 |
| 3° “ | 6 |
| 4° “ | 5 |
| 5° “ | 4 |
| 6° “ | 3 |
| 7° “ | 2 |
| 8° “ | 1 |

PRIMI 12

| | |
|-----------------|----------|
| 1° CLASSIFICATO | 13 PUNTI |
| 2° “ | 11 |
| 3° “ | 10 |
| 4° “ | 9 |
| 5° “ | 8 |
| 6° “ | 7 |
| 7° “ | 6 |
| 8° “ | 5 |
| 9° “ | 4 |
| 10° “ | 3 |
| 11° “ | 2 |
| 12° “ | 1 |

PRIMI 16

| | |
|-----------------|----------|
| 1° CLASSIFICATO | 17 PUNTI |
| 2° “ | 15 |
| 3° “ | 14 |
| 4° “ | 13 |
| 5° “ | 12 |
| 6° “ | 11 |
| 7° “ | 10 |
| 8° “ | 9 |
| 9° “ | 8 |
| 10° “ | 7 |
| 11° “ | 6 |
| 12° “ | 5 |
| 13° ” | 4 |
| 14° “ | 3 |
| 15° “ | 2 |
| 16° “ | 1 |

Per le staffette il punteggio è doppio.

Quando sono in programma FINALI A e FINALI B, gli atleti partecipanti alla sola finale A potranno andare a medaglia anche se un atleta della Finale B abbia ottenuto un tempo migliore rispetto ai partecipante alla Finale A. Di conseguenza i punteggi ottenuti dagli atleti della finale A andranno da 13 a 7 e da 17 a 9 rispettivamente se si gareggia in impianto 6/8 corsie; i punteggi ottenuti dagli atleti che hanno partecipato alla Finale B andranno da 6 a 1 e da 8 a 1 rispettivamente se si gareggia in impianto a 6/8 corsie.

I Prova di qualificazione

27 Ottobre 2019

H: 9:30/17:00

CAGLIARI

TERRAMAINI

27 Ottobre 2019

H:10:30/16:30

SASSARI

LU FANGAZZU

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Junior, Cadetti e Senior regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di quattro (4) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | | | | | |
|-------------------------|-----|--------------|-----|-------------------------|------|--------------|-----|
| 1 [^] parte | 50 | Dorso | f/m | 2 [^] parte | 50 | Farfalla | f/m |
| | 200 | Stile Libero | f/m | | 400 | Stile Libero | f/m |
| | 100 | Rana | f/m | | 200 | Rana | f/m |
| | 100 | Farfalla | f/m | | 100 | Dorso | f/m |
| | 200 | Dorso | f/m | | 200 | Farfalla | f/m |
| | 50 | Stile Libero | f/m | | 50 | Rana | f/m |
| | 200 | Misti | f/m | | 100 | Stile Libero | f/m |
| | 800 | Stile Libero | f/m | | 400 | Misti | f/m |
| | 100 | Misti | f/m | | 1500 | Stile Libero | f/m |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: 20 ottobre 2019

Tasse gara: € 7,50 atleta-gara per le gare individuali;

Il Prova di qualificazione

| | | |
|------------------|-----------------------|-----------------------|
| 9 Novembre 2019 | H: 17:00 | CAGLIARI - TERRAMAINI |
| 10 Novembre 2019 | H: 9:30/ 16:30 | CAGLIARI - TERRAMAINI |
| 9 Novembre 2018 | H: 18:30 | SASSARI – LU FANGAZZU |
| 10 Novembre 2018 | H: 10:30/16:30 | SASSARI – LU FANGAZZU |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Juniores, Cadetti e Seniores, regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di quattro (4) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| 1 [^] parte | 2 [^] parte | 3 [^] parte |
|----------------------|----------------------|----------------------|
| 200 Farfalla f/m | 100 Misti f/m | 200 Stilelibero f/m |
| 100 Stile f/m | 400 Stilelibero f/m | 100 Rana f/m |
| 50 Rana f/m | 50 Farfalla f/m | 100 Farfalla f/m |
| 400 Misti f/m | 200 Dorso f/m | 50 Dorso f/m |
| 100 Dorso f/m | 200 Rana f/m | 200 Misti f/m |
| 800 Stilelibero f/m | 50 Stilelibero f/m | 1500 Stilelibero f/m |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: 3 NOVEMBRE 2019

Tasse gara: € 7.50 atleta-gara per le gare individuali;

Grand Prix d'Inverno

Al termine delle 2 prove invernali, per ogni distanza di gara verrà stilata una classifica per tempi.

ESORDIENTI B

Il programma gara per la categoria esordienti B prevede tutte le gare 50 MT + i 100 mx. Accederanno alla premiazione quegli atleti che hanno partecipato almeno ad una gara di ogni stile (stile libero, dorso, rana, farfalla e misti). Verrà stilata un classifica generale, ottenuta sommando i tempi di ogni gara, separata per ogni anno di nascita.

ESORDIENTI A

Il programma gara per la categoria esordienti A prevede tutte le gare 100 MT compresi i 100 mx. Accederanno alla premiazione quegli atleti che hanno partecipato almeno ad una gara di ogni stile (stile libero, dorso, rana, farfalla e misti). Verrà stilata un classifica generale, ottenuta sommando i tempi di ogni gara, separata per ogni anno di nascita.

In occasione delle Finali dei Campionati regionali invernali verranno premiati i primi 6 atleti per settore di ciascuna categoria e per anno di nascita (esordienti A e B).

I Prova Grand Prix d'Inverno B

24 Novembre 2019 H: 10.30

ISILI – P.SARCIDANO

24 Novembre 2019 H: 10:30

SASSARI – LU FANGAZZU

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare;
- Le gare verranno disputate a serie.

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|-----|--------------|-----|
| parte unica | 50 | Delfino | m/f |
| | 50 | Dorso | m/f |
| | 50 | Rana | m/f |
| | 50 | Stile Libero | m/f |
| | 100 | Misti | m/f |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: **17 NOVEMBRE 2019**

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali;

I Prova Grand Prix d'Inverno A

24 Novembre 2019 H: 16:30

ISILI – P.SARCIDANO

24 Novembre 2019 H: 16:30

SASSARI – LU FANGAZZU

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|-----|--------------|-----|
| parte unica | 100 | Delfino | m/f |
| | 100 | Dorso | m/f |
| | 100 | Rana | m/f |
| | 100 | Stile Libero | m/f |
| | 100 | Misti | m/f |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: **17 NOVEMBRE 2019**

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali;

Campionato Regionale Assoluto Vasca Corta

30 Novembre 2019

H: 17:00

CAGLIARI - TERRAMAINI

01 Dicembre 2019

H: 9:30/ 16:30

CAGLIARI - TERRAMAINI

Norme generali:

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Juniores, Cadetti e Seniores, regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020.

Il comitato regionale stilerà delle graduatorie costituite sulla base dei tempi ottenuti nelle competizioni svolte dal 1 ottobre 2019 al 17 novembre 2019.

Le Società potranno iscrivere gli atleti presenti entro il trentesimo tempo delle suddette graduatorie, i 16+2 migliori tempi per ogni gara (ad esclusione delle staffette) prenderanno parte alla manifestazione.

Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali e al massimo 2 staffette per società e per sesso; ogni atleta può partecipare ad un massimo di sei (6) gare più le staffette.

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria ES. A, a pieno titolo inquadrati come "Ragazzi", che abbiano conseguito un tempo inferiore o uguale a quelli indicati dalla tabella nazionale, vedi regolamento generale e normativa federale. Per le gare da 50 (sl,do,ra.df) e 100 mx, per le quali non compare un tempo limite nella tabella di cui sopra, l'accesso sarà consentito solo se i tempi conseguiti compariranno nelle graduatorie nazionali. L'iscrizione di tali atleti dovrà essere effettuata esclusivamente via mail, entro il termine indicato, alla Segreteria del Comitato, precisando quando e dove è stato conseguito il tempo;

Le gare verranno disputate a serie.

La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.

Programma gare:

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|------|-------------|-----|--------------------------------------|------|-------------|-----|--------------------------------------|------|-------------|-----|
| 1[^] parte | 200 | Farfalla | f/m | 2[^] parte | 100 | Misti | f/m | 3[^] parte | 200 | Stilelibero | f/m |
| | 100 | Stile | f/m | | 400 | Stilelibero | f/m | | 100 | Rana | f/m |
| | 50 | Rana | f/m | | 50 | Farfalla | f/m | | 100 | Farfalla | f/m |
| | 400 | Misti | f/m | | 200 | Dorso | f/m | | 50 | Dorso | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m | | 200 | Rana | f/m | | 200 | Misti | f/m |
| | 800 | Stilelibero | f | | 50 | Stilelibero | f/m | | 1500 | Stilelibero | m |
| | 4x50 | Stilelibero | f/m | | 4X50 | Mista/mista | | | 4x50 | Mista | f/m |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: 24 NOVEMBRE 2019

Punteggi:

Verrà stilata una classifica di Società per tempi in base ai punti ottenuti dai primi 16 atleti nelle finali individuali e di staffette.

Premiazioni:

Saranno premiati:

- i primi 3 atleti classificati , le prime 3 staffette , le prime 3 società classificate.

Tasse gara: € 10.00 per ogni staffetta.

In occasione di questa manifestazione non sarà in nessun modo consentito apportare modifiche alle iscrizioni oltre la data di scadenza indicata, neanche mediante pagamento della multa per ritardata iscrizione.

Il Prova Grand Prix d'Inverno A

15 Dicembre 2019

H: 10:30

ISILI – P.SARCIDANO

15 Dicembre 2019

H: 10:30

SASSARI – LU FANGAZZU

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|-----|--------------|-----|
| parte unica | 100 | Misti | f/m |
| | 100 | Stile Libero | f/m |
| | 100 | Rana | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m |
| | 100 | Delfino | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 8 DICEMBRE 2019

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali;

Il Prova Grand Prix d'Inverno B

15 Dicembre 2019

H: 16:30

ISILI – P.SARCIDANO

15 Dicembre 2019

H: 16:30

SASSARI – LU FANGAZZU

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|-----|--------------|-----|
| parte unica | 100 | Misti | f/m |
| | 50 | Stile Libero | f/m |
| | 50 | Rana | f/m |
| | 50 | Dorso | f/m |
| | 50 | Delfino | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 8 DICEMBRE 2019

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali.

Coppa Caduti di Brema

22 DICEMBRE 2019

H: 9:30/16:30

CAGLIARI - TERRAMAINI

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi ed Esordienti A, Juniores, Cadetti e Seniores, regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020;
- Ogni Società può iscrivere un solo concorrente per ogni gara individuale ed una sola squadra per ogni gara a staffetta;
- Ogni concorrente potrà partecipare ad un **massimo di quattro gare individuali più le staffette.**
- Le squadre possono essere composte da atleti appartenenti alle categorie Seniores, Cadetti, Juniores, Ragazzi o Esordienti A, in numero massimo di 10 nuotatori per ciascun settore (maschile o femminile).
- Non potranno essere ammesse a partecipare squadre la cui formazione non copra almeno i 4/5 delle gare in programma, sia nel settore maschile sia in quello femminile.
- La gara si svolgerà con la rotazione di corsia.
- Le corsie ruoteranno in senso crescente dopo ogni coppia di gare (200 mx f – 400 sl m) . L'assegnazione delle corsie avverrà mediante sorteggio, cura del Comitato regionale, il giorno 18 dicembre 2019 alle ore 10.30 presso la sede del Comitato Regionale.
- Accederanno alla prima serie le Società' che nella stagione 2018/2019 si sono classificate nelle prime 8 posizioni nel settore femminile e maschili (FEMMINE: Esperia, Atlantide, Promogest, Sport Full Time, Acquasport, SXT Nuoro, Green Alghero, RN Cagliari. MASCHI: Sport Er, Promogest, Atlantide, Esperia, RN Cagliari, SXT Nuoro, Antares, Sport Full Time)
- Qualora il numero delle squadre iscritte non consentisse lo svolgimento della manifestazione in sede unica, i Comitati potranno organizzare due o più concentramenti, facendo in modo che le squadre migliori siano a confronto diretto;
- La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.

Iscrizioni:

Le adesioni alla manifestazione dovranno pervenire, a mezzo mail, alla segreteria del Comitato regionale entro il giorno 8 dicembre 2019.

Le iscrizioni andranno effettuate tramite portale federale entro il **15 DICEMBRE 2019** e dovranno indicare i nominativi dei concorrenti per ciascuna gara individuale.

Nelle gare a staffetta vige l'obbligo di inserire a portale i nominativi degli atleti non iscritti in alcuna gara individuale che la Società si riserva quindi di utilizzare come frazionisti, senza che questo adempimento risulti in alcun modo vincolante ai fini della composizione della formazione che la Società schiererà effettivamente il giorno della gara, che andrà comunicata tassativamente un'ora prima dell'inizio della manifestazione.

Non essendo in nessun caso ammesse integrazioni sul piano vasca rispetto all'elenco degli atleti iscritti da portale, è consentito alle Società di inserire negli 8 campi riservati agli staffettisti della 4x100sl e 4x100 mista anche anagrafiche di atleti che si riserva schierare eventualmente il giorno della manifestazione in sostituzione degli atleti iscritti alle gare individuali, fermo restando il limite massimo di 10 atleti effettivamente utilizzabili.

I nominativi dei componenti delle staffette che si svolgeranno nella prima parte dovranno essere comunicati alla segreteria prima del termine della gara dei 400 misti maschili, quelli della seconda parte prima del termine della gara dei 400 misti femminili.

La fase regionale si svolgerà in base al seguente programma:

| PRIMA PARTE | | | SECONDA PARTE | | |
|-------------|--------------------|--------|---------------|--------------------|--------|
| 1. | 200 m misti | Femm. | 16. | 200 m misti | Masch. |
| 2. | 400 m st. libero | Masch. | 17. | 400 m st. libero | Femm. |
| 3. | 200 m st. libero | Femm. | 18. | 200 m st. libero | Masch. |
| 4. | 100 m farfalla | Masch. | 19. | 100 m farfalla | Femm. |
| 5. | 100 m rana | Femm. | 20. | 100 m rana | Masch. |
| 6. | 200 m rana | Masch. | 21. | 200 m rana | Femm. |
| 7. | 100 m dorso | Femm. | 22. | 100 m dorso | Masch. |
| 8. | 200 m dorso | Masch. | 23. | 200 m dorso | Femm. |
| 9. | 200 m farfalla | Femm. | 24. | 200 m farfalla | Masch. |
| 10. | 100 m st. libero | Masch. | 25. | 100 m st. libero | Femm. |
| 11. | 50 m st. libero | Femm. | 26. | 50 m st. libero | Masch. |
| 12. | 400 m misti | Masch. | 27. | 400 m misti | Femm. |
| 13. | 800 m st. libero | Femm. | 28. | 1500 m st. libero | Masch. |
| 14. | 4x100 m mista | Masch. | 29. | 4x100 m mista | Femm. |
| 15. | 4x100 m st. libero | Femm. | 30. | 4x100 m st. libero | Masch. |

Saranno elaborate due classifiche separate per settore, in base alle tabelle di punteggio FIN in vigore, attribuendo a ciascuna Società la somma dei punteggi tabellari conseguiti dai propri atleti e dalle proprie staffette.

Il punteggio tabellare minimo attribuibile in ciascuna gara è fissato in 300 punti; a tutte le prestazioni corrispondenti a punteggi inferiori a questo limite saranno attribuiti 0 (zero) punti.

In caso di squalifica in una gara individuale determinata da infrazioni tecniche all'atleta squalificato verrà attribuito un punteggio pari al 50% di quello corrispondente alla prestazione realizzata.

Se la squalifica è comminata per falsa partenza il punteggio da attribuire è di 300 punti.

In caso di squalifica per indisciplina o per gravi infrazioni, come trazione alla corsia, taglio di percorso etc. il punteggio da attribuire è 0 (zero) punti.

La stessa riduzione di punteggio si applica in caso di squalifica in una gara a staffetta. Se le infrazioni tecniche a carico di una stessa siano più di una il punteggio da attribuire è in ogni caso di 300 punti.

Cronometraggio: AUTOMATICO

Tassa Gara: € 55.00 per squadra

III Prova di qualificazione

12 Gennaio 2020

H: 9:30/17:00

CAGLIARI

TERRAMAINI

12 Gennaio 2020

H: 10:30/16:30

SASSARI

LU FANGAZZU

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Junior, Cadetti e Senior , regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di quattro (4) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | | | | | |
|--------------------------------|------|-------------|-----|--------------------------------|-----|-------------|-----|
| 1[^] parte | 50 | Farfalla | f/m | 2[^] parte | 50 | Dorso | f/m |
| | 400 | StileLibero | f/m | | 200 | StileLibero | f/m |
| | 200 | Rana | f/m | | 100 | Rana | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m | | 100 | Farfalla | f/m |
| | 200 | Farfalla | f/m | | 200 | Dorso | f/m |
| | 50 | Rana | f/m | | 50 | StileLibero | f/m |
| | 100 | StileLibero | f/m | | 200 | Misti | f/m |
| | 400 | Misti | f/m | | 800 | StileLibero | f/m |
| | 1500 | StileLibero | f/m | | | | |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: 5 GENNAIO 2020

Tasse gara: € 7,50 atleta-gara per le gare individuali;

PROGRAMMA ESORDIENTI A

STAGIONE SPORTIVA 2019/2020

CATEGORIE FEDERALI

MASCHI 2007 – 2008

FEMMINE 2008 – 2009

Nella stagione 2019/2020 l'attività regionale della categoria Esordienti A è organizzata secondo un calendario di 6 appuntamenti, di cui 4 del circuito "Trofeo Tokyo" e 2 campionati regionali (invernale ed estivo),

1. N° 4 prove denominate "Trofeo Tokyo"
2. N° 1 campionato regionale invernale con Qualificazioni e Finali (valido per il Trofeo Tokyo)
3. N° 1 campionato regionale estivo con Qualificazioni e Finali (NON valido per il Trofeo Tokyo)

Regolamento Trofeo Tokyo:

Il circuito verrà suddiviso per anno di nascita e denominato: Trofeo Tokyo DELFINI quello relativo agli anni 2008 per il settore maschile e 2009 per il settore femminile; Trofeo Tokyo SQUALETTI quello relativo agli anni 2007 per il settore maschile e 2008 per il settore femminile. Durante la stagione, sulla base dei risultati delle manifestazioni del circuito, il comitato terrà aggiornata una classifica per tempi per ciascuna delle seguenti distanze:

- Trofeo Tokyo DELFINI: 100 farfalla, 100 dorso, 100 rana, 100 stile, 200 misti
- Trofeo Tokyo SQUALETTI: 100 farfalla, 200 dorso, 200 rana, 200 stile, 200 misti

Le graduatorie finali verranno stilate attraverso la sommatoria dei tempi delle migliori prestazioni ottenute nelle distanze previste dal regolamento. Ogni atleta per poter essere inserito nella graduatoria deve obbligatoriamente partecipare a tutte le 5 distanze di gara.

Verranno considerate valide le prime frazioni di staffetta.

In occasione del Campionato regionale Estivo saranno premiati le prime 6 posizioni sia maschili che femminili per il Trofeo Tokyo Delfini e per il Trofeo Tokyo Squaletti.

N.B. non saranno premiati i vincitori delle classifiche delle singole distanze, non ci sarà alcuna premiazione di società.

N.B. Selezione per Trofeo delle Regioni – Squadre Esordienti A:

Per la definizione della Squadra , 5 Maschi e 5 Femmine , verranno presi in considerazione i risultati in vasca da 25 MT conseguiti nelle qualificazioni e Finali dei Campionati Regionali Invernali e nella 4 Prove del Trofeo Tokyo.

La Formazione sarà individuata privilegiando tra gli atleti dei due anni di nascita che avranno realizzato i tempi di maggior livello tecnico nelle singole gare individuali e quelli maggiormente funzionali al completamento della formazione.

PROGRAMMA ESORDIENTI B

STAGIONE SPORTIVA 2019/2020

CATEGORIE FEDERALI

MASCHI 2010 – 2009

FEMMINE 2011 – 2010

Nella stagione 2019/2020 l'attività regionale della categoria Esordienti B è organizzata secondo un calendario di 6 appuntamenti, di cui 4 del circuito "TROFEO TOPOLINO", 1 COPPA 4MORI, 1 campionato regionale:

1. N° 4 prove denominate "TROFEO TOPOLINO"
2. N° 1 COPPA 4MORI (valido per il TROFEO TOPOLINO)
3. N° 1 campionato regionale estivo a serie (NON valido per il TROFEO TOPOLINO)

Regolamento TROFEO TOPOLINO:

Il Trofeo Topolino verrà suddiviso per anno di nascita e denominato TROFEO TOPOLINO 1°ANNO quello relativo agli anni 2010 per il settore maschile e 2011 per il settore femminile; TROFEO TOPOLINO 2°ANNO quello relativo agli anni 2009 per il settore maschile e 2010 per il settore femminile. Durante la stagione, sulla base dei risultati delle manifestazioni del circuito, il comitato terrà aggiornata una classifica per tempi per ciascuna delle seguenti distanze:

- TROFEO TOPOLINO 1°ANNO: 50 farfalla, 50 dorso, 50 rana, 50 stile, 100 misti
- TROFEO TOPOLINO 2° ANNO: 50farfalla, 100 dorso, 100 rana, 100 stile, 100 misti

Le graduatorie finali verranno stilate attraverso la sommatoria dei tempi delle migliori prestazioni ottenute nelle distanze previste dal regolamento. Ogni atleta per poter essere inserito nella graduatoria deve obbligatoriamente partecipare a tutte le 5 distanze di gara.

Verranno considerate valide le prime frazioni di staffetta.

In occasione del Campionato Regionale Estivo saranno premiate le prime 6 posizioni sia maschili che femminili per il TROFEO TOPOLINO 1°ANNO e per il TROFEO TOPOLINO 2°ANNO.

N.B. non saranno premiati i vincitori delle classifiche delle singole distanze, non ci sarà alcuna premiazione di società.

I Prova TROFEO TOKYO

| | | | |
|-----------------|----------|----------|------------|
| 18 Gennaio 2020 | H: 17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 19 Gennaio 2020 | H:16.30 | OLBIA | GEOVILLAGE |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare + le staffette, ogni Società può iscrivere al massimo 3 staffette **per settore**;
- Ricordiamo che i tempi ottenuti in prima frazione di staffetta possono essere presi in considerazione per graduatorie e/o migliori prestazioni;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|------|--------------|-----|
| parte unica | 200 | Stile Libero | f/m |
| | 100 | Rana | f/m |
| | 200 | Dorso | f/m |
| | 100 | Farfalla | f/m |
| | 200 | Misti | f/m |
| | 4x50 | Stile Libero | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 12 GENNAIO 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali, € 10,00 per le staffette.

I Prova Trofeo Topolino

| | | | |
|-----------------|----------|----------|------------|
| 19 Gennaio 2020 | H: 9:30 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 19 Gennaio 2020 | H: 10:30 | OLBIA | GEOVILLAGE |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare + le staffette, ogni Società può iscrivere al massimo 3 staffette **per settore**;
- Ricordiamo che i tempi ottenuti in prima frazione di staffetta possono essere presi in considerazione per graduatorie e/o migliori prestazioni
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|------|--------------|-----|
| parte unica | 100 | Stile Libero | f/m |
| | 50 | Dorso | f/m |
| | 100 | Misti | f/m |
| | 50 | Rana | f/m |
| | 4x50 | Stile Libero | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 12 GENNAIO 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali, € 10,00 per le staffette;

Campionato Regionale di Categoria Nuoto Di Fondo Indoor

(V. 50 m)

01 FEBBRAIO 2020

H: 17:00

CAGLIARI - TERRAMAINI

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Juniores, Cadetti e Seniores, regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020. Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti.

Programma gare:

3000 mt RAG F/M

5000 mt J/C/S F/M

Sarà consentito far disputare serie miste per settore e categoria se utile a ridurre la durata della manifestazione e sarà, inoltre, consentito far gareggiare due concorrenti per corsia.

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 26 GENNAIO 2020

Tasse gara: € 7,50 atleta-gara per le gare individuali;

Premiazioni: Le premiazioni verranno effettuate in base ai seguenti criteri:

- primi tre classificati per settore e categoria per JUN;
- primi tre classificati per settore e categoria per CAD;
- primi tre classificati per settore e categoria per SEN;
- primi tre classificati per la categoria RAGAZZE;
- primi tre classificati per la categoria RAGAZZI 2004
- primi tre classificati per la categoria RAGAZZI 2005+2006.

Per quanto non esposto si rimanda ai Regolamenti Federali 2019.

IV Prova di qualificazione

| | | | |
|------------------|----------------|----------|-------------|
| 08 FEBBRAIO 2020 | H: 17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 09 FEBBRAIO 2020 | H: 9:30/17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 08 FEBBRAIO 2020 | H: 18:30 | SASSARI | LU FANGAZZU |
| 09 FEBBRAIO 2020 | H: 10:30/16:30 | SASSARI | LU FANGAZZU |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Junior, Cadetti e Senior , regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di quattro (4) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| 1 [^] parte | 2 [^] parte | 3 [^] parte |
|----------------------|----------------------|-----------------------|
| 400 Misti f/m | 100 Stile Libero f/m | 200 Stile Libero f/m |
| 200 Rana f/m | 100 Rana f/m | 50 Rana f/m |
| 100 Dorso f/m | 200 Dorso f/m | 50 Dorso f/m |
| 50 Stile Libero f/m | 50 Farfalla f/m | 200 Misti f/m |
| 200 Farfalla f/m | 400 Stile Libero f/m | 100 Farfalla f/m |
| 800 Stile Libero f/m | | 1500 Stile Libero f/m |

Cronometraggio: automatico

Scadenza iscrizioni: **2 FEBBRAIO 2020**

Tasse gara: € 7.50 atleta-gara per le gare individuali;

Il Prova Trofeo Topolino

23 Febbraio 2020 H: 10:30 SASSARI LU FANGAZZU

23 Febbraio 2020 H: 9:30 CAGLIARI TERRAMAINI

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare + le staffette, ogni Società può iscrivere al massimo 3 staffette **per settore**;
- Ricordiamo che i tempi ottenuti in prima frazione di staffette possono essere presi in considerazione per graduatorie e/o migliori prestazioni;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|------|--------------|-----|
| parte unica | 50 | Stile Libero | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m |
| | 50 | Farfalla | f/m |
| | 100 | Rana | f/m |
| | 4x50 | Mista | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 16 FEBBRAIO 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali, € 10.00 per le staffette;

II Prova TROFEO TOKYO

23 FEBBRAIO 2020 H: 16:30 SASSARI LU FANGAZZU

23 FEBBRAIO 2020 H: 17:00 CAGLIARI TERRAMAINI

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare + le staffette, ogni Società può iscrivere al massimo 3 staffette **per settore**;
- Ricordiamo che i tempi ottenuti in prima frazione di staffetta possono essere presi in considerazione per graduatorie e/o migliori prestazioni;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|------|-------------|-----|
| parte unica | 100 | Dorso | f/m |
| | 200 | Rana | f/m |
| | 100 | StileLibero | f/m |
| | 100 | Farfalla | f/m |
| | 4x50 | Mista | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 16 FEBBRAIO 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali; € 10,00 per le staffette;

V Prova di qualificazione

| | | |
|------------------|----------------|-----------------------|
| 29 Febbraio 2020 | H: 17:00 | CAGLIARI - TERRAMAINI |
| 01 Marzo 2020 | H: 9:30/17:00 | CAGLIARI - TERRAMAINI |
| 29 Febbraio 2020 | H: 18:30 | SASSARI – LU FANGAZZU |
| 01 Marzo 2020 | H: 10:30/16:30 | SASSARI – LU FANGAZZU |

Norme generali:

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Juniores, Cadetti e Seniores, regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020.

Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali ogni atleta può partecipare ad un massimo di sei (6) gare.

Le gare verranno disputate a serie.

La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.

Programma gare:

| 1 [^] parte | 200 | Farfalla | f/m | 2 [^] parte | 50 | Stilelibero | f/m | 3 [^] parte | 100 | Farfalla | f/m |
|----------------------|-----|-------------|-----|----------------------|-----|-------------|-----|----------------------|------|-------------|-----|
| | 100 | Stile | f/m | | 400 | Stilelibero | f/m | | 200 | StileLibero | f/m |
| | 50 | Rana | f/m | | 50 | Farfalla | f/m | | 200 | Rana | f/m |
| | 200 | Misti | f/m | | 200 | Dorso | f/m | | 50 | Dorso | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m | | 100 | Rana | f/m | | 1500 | Stilelibero | f/m |
| | 800 | Stilelibero | f/m | | 400 | Misti | f/m | | | | |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: 23 Febbraio 2020

Tasse gara: € 7.50 atleta-gara per le gare individuali.

Qualificazione Campionato Regionale Es. "A" vasca corta

| | | | | | |
|---|-------|------|----------------|-------------|----------|
| 7 | MARZO | 2020 | H: 18:30 | LU FANGAZZU | SASSARI |
| 8 | MARZO | 2020 | H: 10:30/16:30 | LU FANGAZZU | SASSARI |
| | | | | | |
| 7 | MARZO | 2020 | H: 17:00 | TERRAMAINI | CAGLIARI |
| 8 | MARZO | 2020 | H: 9:30/17:00 | TERRAMAINI | CAGLIARI |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A, regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società potrà iscrivere al massimo 2 staffette per settore, ogni atleta può partecipare ad un massimo di cinque **(5) gare più le staffette**;
- Le staffette accederanno direttamente alla finale.
- *Si qualificheranno per la fase finale i primi 16 atleti più due riserve, che gareggeranno in finale secondo le seguenti modalità: primi 8 tempi nella 1° serie, dal 9° tempo al 16° nella 2° serie. Nella fase finale anche gli atleti della 2° serie potranno accedere all'assegnazione del titolo in palio, in base alla classifica generale per tempi;*
- Le gare saranno disputate a serie;

Programma gare:

| <u>PRIMA PARTE</u> | <u>SECONDA PARTE</u> | <u>TERZA PARTE</u> |
|--------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| 200 FA F/M | 100 MX F/M | 100 SL F/M |
| 100 DO F/M | 100 RA F/M | 200 MX F/M |
| 200 RA F/M | 200 DO F/M | 800 SL F |
| 200 SL F/M | 100 FA F/M | 1500 SL M |
| 400 MX F/M | 400 SL F/M | |
| | 4x100 MX F/M solo in finale | 4X100 SL F/M Solo in finale |



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
Comitato Regionale Sardegna
Settore Nuoto

REGOLAMENTO SETTORE NUOTO STAGIONE 2019/2020

Ed. 1 Rev. 4
NT-DE-cc/72
20.02.2020

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 1 MARZO 2020.

Le iscrizioni delle staffette dovranno essere inserite nella manifestazione "Finale Campionato regionale Es. A 25 mt" entro la data indicata nella manifestazione specifica.

Tasse gara: € 7.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 10.00 per ogni staffetta.

Campionato Regionale Giovanile vasca corta

| | | | | |
|----------|------|---------------|----------|------------|
| 13 MARZO | 2020 | H: 17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 14 MARZO | 2020 | H: 9:30/17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 15 MARZO | 2020 | H: 9:30/17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Juniores e Cadetti regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020;
- Il comitato regionale stilerà delle graduatorie costituite sulla base dei tempi ottenuti nelle competizioni svolte dal 1 ottobre 2019 al 1 marzo 2020;
- Le Società potranno iscrivere gli atleti presenti entro il trentesimo tempo delle suddette graduatorie, gli 8+2 migliori tempi per ogni gara (ad esclusione delle staffette) prenderanno parte alla manifestazione.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti, che possono partecipare ad un massimo di sei (6) gare più le staffette, che potranno essere iscritte nel numero massimo di 2 per società, per sesso e categoria.
- Le staffette della categoria Ragazzi per entrambi i settori gareggeranno per categoria.
- Nelle gare individuali la categoria Ragazzi, sia del settore maschile che di quello femminile, gareggerà per anno di nascita;
- In tutte le fasi dei Campionati Regionali di categoria, a partire da quelle di ammissione, le gare di 50 metri dorso, rana e farfalla **sono riservate alle categorie Juniores, Cadetti.**
- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria ES. A, a pieno titolo inquadrati come "Ragazzi", che abbiano conseguito un tempo inferiore o uguale a quelli indicati dalla tabella nazionale, vedi regolamento generale e normativa federale. Per la gara dei 50 sl, per la quale non compare un tempo limite nella tabella di cui sopra, l'accesso sarà consentito solo se il tempo conseguito comparirà nelle graduatorie nazionali. L'iscrizione di tali atleti dovrà essere effettuata esclusivamente via mail, entro il termine indicato, alla Segreteria del Comitato, precisando quando e dove è stato conseguito il tempo;
- Le gare si svolgeranno a SERIE partendo dalla categoria CADETTI.
- Sarà consentito iscrivere **fuori gara** atleti della categoria Seniores i quali potranno essere inseriti a completamento delle serie di categorie inferiori.

Programma gare:

| <u>I PARTE</u> | <u>II PARTE</u> | <u>III PARTE</u> | <u>IV PARTE</u> | <u>V PARTE</u> |
|----------------|-----------------|------------------|-----------------|----------------|
| 50 FA F/M | 50 SL F/M | 50 DO F/M | 50 RA F/M | 100 FA F/M |
| 800 SL F | 100 DO F/M | 200 FA F/M | 100 SL F/M | 100 RA F/M |
| 1500 SL M | 200 RA F/M | 200 MX F/M | 200 DO F/M | 200 SL F/M |
| 4X100 MX F/M | 4X100 SL F/M | 400 SL F/M | 4X200 SL F/M | 400 MX F/M |

FEMMINE

Cadette

Juniores

2° Ragazze

1° Ragazze

MASCHI

Cadetti

Juniores

3° Ragazzi

2° Ragazzi

1° Ragazzi

Punteggi e premiazioni:

Per le categorie Juniores e Cadetti verranno premiati i primi 3 atleti e le prime 3 staffette per settore, nella categoria Ragazzi le premiazioni saranno effettuate secondo il seguente criterio:

FEMMINE

⇒ prime 3 atlete anno 2007 (comprese eventuali esordienti A - vedi norme generali)

⇒ prime 3 atlete anno 2006

MASCHI

⇒ primi 3 atleti anno 2006 (compresi eventuali esordienti A - vedi norme generali)

⇒ primi 3 atleti anni 2005

⇒ primi 3 atleti anni 2004

I punteggi verranno attribuiti nella categoria Ragazzi ai primi 8 secondo il criterio utilizzato per le premiazioni, e sommati ai punteggi delle staffette attribuiti per la categoria. Nelle categorie Juniores e Cadetti i punti verranno assegnati ai primi 8 classificati.

Sarà premiata la prima Società per ogni categoria.

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: 8 MARZO 2020

In occasione di questa manifestazione non sarà in nessun modo consentito apportare modifiche alle iscrizioni oltre la data di scadenza indicata, neanche mediante pagamento della multa per ritardata iscrizione.

Tasse gara: € 7.50 atleta-gara per le gare individuali ; € 10.00 per ogni staffetta.

Trofeo 4Mori Esordienti B

| | | | | |
|----|-------|------|----------------|------------|
| 28 | MARZO | 2020 | H: 17:00 | TERRAMAINI |
| 29 | MARZO | 2020 | H: 09:30/17:00 | TERRAMAINI |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B, regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società potrà iscrivere al massimo 2 staffette per settore, ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre **(3) gare più 2 staffette**;
- La staffetta stile libero mista deve essere obbligatoriamente composta da 2 maschi e 2 femmine. Nessuna limitazione all'ordine di partenza.
- Si ricorda che i tempi ottenuti in prima frazione nelle staffette composte da entrambi i settori non possono essere prese in considerazione per graduatorie e/o migliori prestazioni;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| <u>PRIMA PARTE</u> | <u>SECONDA PARTE</u> | <u>TERZA PARTE</u> |
|-----------------------|----------------------|-------------------------------|
| 100 STILE LIBERO F/M | 100 FARFALLA F/M | 200 STILE LIBERO F/M |
| 50 FARFALLA F/M | 100 RANA F/M | 50 DORSO F/M |
| 100 DORSO F/M | 50 STILE LIBERO F/M | 200 MISTI F/M |
| 50 RANA F/M | 100 MISTI F/M | 4X50 STILE LIBERO MISTA (F+M) |
| 4X50 STILE LIBERO F/M | 4X50 MISTA F/M | |

Cronometraggio: manuale

Punteggi: Verranno assegnati punti ai primi 16 atleti classificati e alle prime 16 staffette classificate i cui punteggi saranno doppi.

Premiazioni: Saranno premiati, nelle gare individuali i primi 3 atleti classificati per settore e le prime 3 staffette. Verrà stilata una classifica per Società e saranno premiate le prime 3 Società classificate.

Al termine della disputa delle gare, prima delle premiazioni delle Società Verranno svolte le premiazioni del Gran Premio d'inverno Esordienti B 2019.

Scadenza iscrizioni: 22 MARZO 2020

Tasse gara: € 7.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 10.00 per ogni staffetta.

Finale Campionato Regionale Es. "A" vasca corta

| | | | | |
|----|--------|------|----------------|-------|
| 04 | APRILE | 2020 | H: 17.00 | ISILI |
| 05 | APRILE | 2020 | H: 10.30/17.00 | ISILI |

Norme generali:

- Le staffette accederanno direttamente alla finale.
- La finale sarà composta secondo le seguenti modalità: primi 8 tempi nella 1° serie, dal 9° tempo al 16° nella 2° serie. Anche gli atleti della 2° serie potranno accedere all'assegnazione del titolo in palio in base alla classifica generale per tempi;
- Le gare saranno disputate a serie;

Programma gare:

| <u>PRIMA PARTE</u> | <u>SECONDA PARTE</u> | <u>TERZA PARTE</u> |
|--------------------|----------------------|--------------------|
| 200 FA F/M | 100 MX F/M | 100 SL F/M |
| 100 DO F/M | 100 RA F/M | 200 MX F/M |
| 200 RA F/M | 200 DO F/M | 800 SL F |
| 200 SL F/M | 100 FA F/M | 1500 SL M |
| 400 MX F/M | 400 SL F/M | 4X100 SL F/M |
| | 4x100 MX F/M | |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: **29 MARZO 2020**

Tasse gara: € 7.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 10.00 per ogni staffetta.

III Prova TROFEO TOKYO

| | | | |
|----------------|----------|----------|------------|
| 26 APRILE 2020 | H: 09:30 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 26 APRILE 2020 | H: 10.30 | OLBIA | GEOVILLAGE |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare.
- Si specifica che la gara dei 400 stile libero non avrà nessun valore ai fini della graduatoria del circuito Trofeo Tokyo;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|--|-----|--------------|-----|
| <u>parte</u> <u>unica</u> | 100 | Rana | f/m |
| | 200 | Stile Libero | f/m |
| | 200 | Dorso | f/m |
| | 200 | Misti | f/m |
| | 400 | Stile Libero | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 19 APRILE 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali.

III Prova Trofeo Topolino

| | | | |
|----------------|----------|----------|------------|
| 26 APRILE 2020 | H:17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 26 APRILE 2020 | H: 16.30 | OLBIA | GEOVILLAGE |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare.
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|-----|--------------|-----|
| parte unica | 100 | Misti | f/m |
| | 50 | Dorso | f/m |
| | 100 | Stile Libero | f/m |
| | 50 | Rana | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 19 APRILE 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali.

Campionato regionale Assoluto vasca lunga

| | | | |
|----------------|---------------|----------|------------|
| 02 MAGGIO 2020 | H: 17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |
| 03 MAGGIO 2020 | H: 9:30/17:00 | CAGLIARI | TERRAMAINI |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Juniores, Cadetti e Seniores, regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020;
- Il comitato regionale stilerà delle graduatorie costituite sulla base dei tempi ottenuti nelle competizioni svolte fino **all'8 aprile 2020 in vasca da 25 mt**;
- Le Società potranno iscrivere gli atleti presenti entro il trentesimo tempo delle suddette graduatorie. I 16+2 migliori tempi per ogni gara (ad esclusione delle staffette) prenderanno parte alla manifestazione.
- **Possono partecipare tutti gli atleti della categoria ES. A, a pieno titolo inquadrati come "Ragazzi", che abbiano conseguito un tempo inferiore o uguale a quelli indicati dalla tabella nazionale, vedi regolamento generale e normativa federale. Per le gare da 50 (sl,do,ra.df), per le quali non compare un tempo limite nella tabella di cui sopra, l'accesso sarà consentito solo se i tempi conseguiti compariranno nelle graduatorie nazionali. L'iscrizione di tali atleti dovrà essere effettuata esclusivamente via mail, entro il termine indicato, alla Segreteria del Comitato, precisando quando e dove è stato conseguito il tempo;**
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti, che possono partecipare ad un massimo di sei (6) gare più le staffette, che potranno essere iscritte nel numero massimo di 2 per società, per sesso e per gara;
- Le gare si svolgeranno a serie.

Programma gare:

| <u>PRIMA PARTE</u> | <u>SECONDA PARTE</u> | <u>TERZA PARTE</u> |
|---|---|---|
| 200 FA F/M | 200 DO F/M | 100 RA F/M |
| 100 SL F/M | 400 SL F/M | 200 SL F/M |
| 50 RA F/M | 50 FA F/M | 100 FA F/M |
| Pausa 20' con vasca a disposizione e premiazione prime 3 gare | Pausa 20' con vasca a disposizione e premiazione prime 3 gare | Pausa 20' con vasca a disposizione e premiazione prime 3 gare |
| 200 MX F/M | 400 MX F/M | 50 DO F/M |
| 100 DO F/M | 200 RA F/M | 1500 SL F/M |
| 800 SL F/M | 50 SL F/M | 4X100 MX F/M |
| 4X200 SL M | 4X200 SL F | |
| 4X100 SL F | 4X100 SL M | |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: 22 APRILE 2020

Tasse gara: € 7.50 atleta-gara per le gare individuali ; € 10.00 per ogni staffetta.

Punteggi e premiazioni:

Verrà stilata una classifica di Società per tempi in base ai punti ottenuti dai primi 16 atleti nelle finali individuali e di staffette.

Saranno premiati i primi 3 atleti classificati , le prime 3 staffette , le prime 3 società classificate.

IV Prova Trofeo Topolino

16 Maggio 2020

H: 17:00

CAGLIARI

TERRAMAINI

17 Maggio 2020

H: 10:30

SASSARI

LU FANGAZZU

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|-----|--------------|-----|
| parte unica | 50 | Farfalla | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m |
| | 50 | Stile Libero | f/m |
| | 100 | Rana | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 10 MAGGIO 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali,

IV Prova TROFEO TOKYO

17 Maggio 2019 H: 16:30 SASSARI LU FANGAZZU

17 Maggio 2019 H: 09:30 CAGLIARI TERRAMAINI

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- La partenza verrà effettuata con gli atleti della serie precedente ancora in acqua.
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di tre (3) gare;
- Si specifica che la gara dei 400 misti non avrà nessun valore ai fini della graduatoria del circuito Trofeo Tokyo;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | |
|------------------------|-----|--------------|-----|
| parte unica | 100 | Dorso | f/m |
| | 100 | Farfalla | f/m |
| | 100 | Stile Libero | f/m |
| | 200 | Rana | f/m |
| | 400 | Misti | f/m |

Cronometraggio: manuale

Scadenza iscrizioni: 10 MAGGIO 2020

Tasse gara: € 5.00 atleta-gara per le gare individuali.

VI Prova di qualificazione vasca lunga

VASCA 50 MT

30 Maggio 2020

H: 17:00

CAGLIARI - TERRAMAINI

31 Maggio 2020

H: 9:30/17:00

CAGLIARI - TERRAMAINI

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Junior, Cadetti e Senior, regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020.
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti individuali;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di quattro (4) gare;
- Le gare verranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-----|--------------|-----|-------------------------|-----|--------------|-----|-------------------------|------|--------------|-----|
| 1 [^] parte | 400 | Misti | f/m | 2 [^] parte | 100 | Stile Libero | f/m | 3 [^] parte | 200 | Stile Libero | f/m |
| | 200 | Rana | f/m | | 100 | Rana | f/m | | 50 | Rana | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m | | 200 | Dorso | f/m | | 50 | Dorso | f/m |
| | 50 | Stile Libero | f/m | | 50 | Farfalla | f/m | | 200 | Misti | f/m |
| | 200 | Farfalla | f/m | | 400 | Stile Libero | f/m | | 100 | Farfalla | f/m |
| | 800 | Stile Libero | f/m | | | | | | 1500 | Stile Libero | f/m |

Cronometraggio: automatico

Scadenza iscrizioni: 24 MAGGIO 2020

Tasse gara: € 7.50 atleta-gara per le gare individuali;

Campionato regionale a squadre Ragazzi

VASCA 50 MT

7 GIUGNO 2020

H: 9:30/17:00

CAGLIARI

TERRAMAINI

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020, non sono ammessi a partecipare gli atleti della categoria Es. A.
- Ogni atleta può partecipare a quattro (4) gare comprese le staffette.
- La manifestazione viene articolata in una gara a squadre con classifica per società (separata maschile e femminile), dove ogni società partecipante potrà iscrivere un solo atleta per gara ed una sola staffetta per tipo e settore.
- La gara si svolgerà con la rotazione di corsia. Le corsie ruoteranno in senso crescente dopo ogni coppia di gare. L'assegnazione delle corsie avverrà mediante sorteggio, cura del Comitato regionale, il giorno 4 giugno 2020 alle ore 10.30 presso la sede del Comitato Regionale.
- La manifestazione si svolgerà in un **due** turni.

Programma gare:

| | | | | | | | |
|-------------------------|-------|--------------|-----|-------------------------|-------|--------------|-----|
| 1 [^] parte | 200 | Stile libero | f/m | 2 [^] parte | 100 | Stile libero | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m | | 200 | Dorso | f/m |
| | 100 | Rana | f/m | | 200 | Rana | f/m |
| | 50 | Stile libero | f/m | | 100 | Farfalla | f/m |
| | 200 | Farfalla | f/m | | 200 | Misti | f/m |
| | 400 | Misti | f/m | | 400 | Stile libero | f/m |
| | 4x100 | Stile | f/m | | 4x100 | Mista | f/m |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni:

Le adesioni alla manifestazione dovranno pervenire, a mezzo mail, alla segreteria del Comitato regionale entro il giorno 24 Maggio 2020.

Le iscrizioni andranno effettuate tramite portale federale entro il **31 Maggio 2020** e dovranno indicare i nominativi dei concorrenti per ciascuna gara individuale. Nelle gare a staffetta vige l'obbligo di inserire a portale i nominativi degli atleti non iscritti in alcuna gara individuale che la Società si riserva quindi di utilizzare come frazionisti, senza che questo adempimento risulti in alcun modo vincolante ai fini della composizione della formazione che la Società schiererà effettivamente il giorno della gara, che andrà comunicata tassativamente un'ora prima dell'inizio della manifestazione. Non essendo in nessun caso ammesse integrazioni sul piano vasca rispetto all'elenco degli atleti iscritti da portale, è consentito alle Società di inserire negli 8 campi riservati agli staffettisti della 4x100 sl e 4x100 mista anche anagrafiche di atleti che si riserva schierare eventualmente il giorno della manifestazione in sostituzione degli atleti iscritti alle gare individuali, fermo restando il limite massimo di 10 atleti effettivamente utilizzabili.

I nominativi dei componenti delle staffette che si svolgeranno nella prima parte dovranno essere comunicati alla segreteria prima del termine della gara dei 200 farfalla maschili, quelli della seconda parte prima del termine della gara dei 200 misti maschili.

Tasse gara: € 50.00 per settore indipendentemente dalle gare.

Punteggi:

Saranno elaborate due classifiche separate per settore, in base alle tabelle di punteggio FIN in vigore, attribuendo a ciascuna Società la somma dei punteggi tabellari conseguiti dai propri atleti e dalle proprie staffette.

Il punteggio tabellare minimo attribuibile in ciascuna gara è fissato in 300 punti; a tutte le prestazioni corrispondenti a punteggi inferiori a questo limite saranno attribuiti 0 (zero) punti.

In caso di squalifica in una gara individuale determinata da infrazioni tecniche all'atleta squalificato verrà attribuito un punteggio pari al 50% di quello corrispondente alla prestazione realizzata.

Se la squalifica è comminata per falsa partenza il punteggio da attribuire è di 300 punti.

In caso di squalifica per indisciplina o per gravi infrazioni, come trazione alla corsia, taglio di percorso etc. il punteggio da attribuire è 0 (zero) punti.

La stessa riduzione di punteggio si applica in caso di squalifica in una gara a staffetta. Se le infrazioni tecniche a carico di una stessa siano più di una il punteggio da attribuire è in ogni caso di 300 punti.

Premiazioni:

Verrà premiata la squadra 1^a classificata per settore e categoria.

Per quanto non esposto si rimanda al Regolamento Nazionale.

(MEETING OLBIA)

13 GIUGNO 2020 H: SERA OLBIA GEOVILLAGE

14 GIUGNO 2020 H: MATTINA/SERA OLBIA GEOVILLAGE

Programma gara in attesa di definizione.

Qualificazione Campionato Regionale Es. "A" vasca corta

| | | | | | |
|----|--------|------|-----------------|-------------|----------|
| 20 | GIUGNO | 2020 | H: SERA | LU FANGAZZU | SASSARI |
| 21 | GIUGNO | 2020 | H: MATTINA/SERA | LU FANGAZZU | SASSARI |
| 20 | GIUGNO | 2020 | H: 17:00 | TERRAMAINI | CAGLIARI |
| 21 | GIUGNO | 2020 | H: 9:30/16:30 | TERRAMAINI | CAGLIARI |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A, regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020;
- Ogni Società potrà iscrivere al massimo 2 staffette per settore, ogni atleta può partecipare ad un massimo di **5 gare più le staffette**;
- Le staffette accederanno direttamente alla finale;
- Si qualificheranno per la fase finale, CHE SI SVOLGERANNO IN VASCA DA 50 MT, i primi 16 atleti più due riserve, che gareggeranno in finale secondo le seguenti modalità: primi 8 tempi nella 1° serie, dal 9° tempo al 16° nella 2° serie. Nella fase finale anche gli atleti della 2° serie potranno accedere all'assegnazione del titolo in palio, in base alla classifica generale per tempi;
- Le gare saranno disputate a serie;

Programma gare:

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|-----|-------------|-----|--------------------------------------|-------|-------------|-----|--------------------------------------|-------|-------------|-----|
| 1[^] parte | 200 | Farfalla | f/m | 2[^] parte | 100 | Rana | f/m | 3[^] parte | 100 | Stilelibero | f/m |
| | 100 | Dorso | f/m | | 200 | Dorso | f/m | | 200 | Misti | f/m |
| | 200 | Rana | f/m | | 100 | Farfalla | f/m | | 800 | StileLibero | f |
| | 200 | StileLibero | f/m | | 400 | StileLibero | f/m | | 1500 | StileLibero | m |
| | 400 | Misti | f/m | | 4x100 | Mista | f/m | | 4x100 | StileLibero | f/m |

Cronometraggio: manuale



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
Comitato Regionale Sardegna
Settore Nuoto

REGOLAMENTO SETTORE NUOTO STAGIONE 2019/2020

Ed. 1 Rev. 4
NT-DE-cc/72
20.02.2020

Scadenza iscrizioni: 14 Giugno 2020.

Le iscrizioni delle staffette dovranno essere inserite nella manifestazione “Finale Campionato regionale Es. A 50 mt”, CON SCADENZA IL 28 GIUGNO.

Tasse gara: € 7.00 atleta-gara per le gare individuali; € 10.00 per ogni staffetta.

Campionato Regionale Esordienti B

27 GIUGNO 2020 H: 10:00/16:30 CAGLIARI TERRAMAINI

28 GIUGNO 2020 H: 9:30/16:00 CAGLIARI TERRAMAINI

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti B regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2019/2020;
- Le gare saranno disputate a SERIE;
- Ogni atleta può partecipare ad un massimo di 3 gare individuali;
- Ogni Società può iscrivere 2 staffette per ogni settore e gara e un numero illimitato di atleti secondo il seguente programma:

Programma gare:

| 1 [^] parte | 2 [^] parte | 3 [^] parte | 4 [^] parte |
|----------------------|----------------------|----------------------|-----------------------|
| 400 Stile Libero f/m | 50 Stile Libero f/m | 200 Stile Libero f/m | 100 Stile Libero f/m |
| 50 Farfalla f/m | 200 Dorso f/m | 100 Farfalla f/m | 100 Rana f/m |
| 200 Rana f/m | 100 Misti f/m | 200 Misti f/m | 100 Dorso f/m |
| | 4x50 Mista f/m | | 4x50 Stile Libero f/m |

Cronometraggio: manuale

Punteggi:

Verranno assegnati punti ai primi 16 atleti classificati e alle prime 16 staffette classificate i cui punteggi saranno doppi come indicato nelle *Norme generali* valide per la stagione in corso.

Premiazioni:

Saranno premiati, nelle gare individuali i primi 3 atleti classificati per settore e le prime 3 staffette. Verrà stilata una classifica per Società e saranno premiate le prime 3 Società classificate.

Scadenza iscrizioni: 21 Giugno 2020

Tasse gara: € 7,00 atleta-gara per le gare individuali ; €10,00 per ogni staffetta.

Verranno svolte le premiazioni del Trofeo Topolino Esordienti B 2020.

Finale Campionato Regionale Es. "A" vasca lunga

VASCA 50 MT

| | | | | | |
|-----------|---------------|-------------|------------------------|----------------|--------------------|
| 04 | LUGLIO | 2020 | H: SERA | SASSARI | LU FANGAZZU |
| 05 | LUGLIO | 2020 | H: MATTINA/SERA | SASSARI | LU FANGAZZU |

Norme generali:

- Le staffette accederanno direttamente alla finale.
- La finale sarà composta secondo le seguenti modalità: primi 8 tempi nella 1° serie, dal 9° tempo al 16° nella 2° serie. Anche gli atleti della 2° serie potranno accedere all'assegnazione del titolo in palio in base alla classifica generale per tempi;
- Le gare saranno disputate a serie;

Programma gare:

| 1^ parte | 200 Farfalla f/m | 200 Dorso f/m | 200 Rana f/m | 200 StileLibero f/m | 400 Misti f/m | 2^ parte | 100 Rana f/m | 200 Dorso f/m | 100 Farfalla f/m | 400 StileLibero f/m | 4x100 Mista f/m | 3^ parte | 100 Stilelibero f/m | 200 Misti f/m | 800 StileLibero f | 1500 StileLibero m | 4x100 StileLibero f/m |
|----------|------------------|---------------|--------------|---------------------|---------------|----------|--------------|---------------|------------------|---------------------|-----------------|----------|---------------------|---------------|-------------------|--------------------|-----------------------|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Cronometraggio: AUTOMATICO

Scadenza iscrizioni: solo staffette **28 GIUGNO 2020**

Punteggi:

Verranno assegnati titoli individuali e di Società stilando la classifica con i punti ottenuti dai primi 16 atleti delle gare individuali e dalle prime 16 staffette. Saranno premiati nelle gare individuali i primi 3 atleti classificati in ciascun settore e le prime 3 staffette. Saranno premiate le prime 3 Società classificate, in base alla somma dei punti ottenuti nei due settori.

Verranno svolte le premiazioni del Trofeo Sardegna Esordienti A 2020.

Campionato Regionale Giovanile vasca lunga

| | | | |
|----------------|-----------------|---------|-------------|
| 19 LUGLIO 2020 | H: SERA | SASSARI | LU FANGAZZU |
| 20 LUGLIO 2020 | H: MATTINA/SERA | SASSARI | LU FANGAZZU |
| 21 LUGLIO 2020 | H: MATTINA/SERA | SASSARI | LU FANGAZZU |
| 22 LUGLIO 2020 | H: MATTINA/SERA | SASSARI | LU FANGAZZU |

Norme generali:

- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Ragazzi, Juniores e Cadetti regolarmente tesserati per la F.I.N. nella Stagione Agonistica 2019/2020;
- Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti, che possono partecipare ad un massimo di sei (6) gare più le staffette, che potranno essere iscritte nel numero massimo di 2 per società, per sesso e categoria.
- La manifestazione si svolgerà con la formula delle qualificazioni come categoria assoluta (mattina) e finali per categoria (sera), ad esclusione di:
 - 1500sl e le staffette – si svolgeranno a serie;
 - 800sl e 400mx – si svolgeranno a serie, con la prima serie per ogni categoria che gareggerà la sera;
- Le staffette della categoria Ragazzi per entrambi i settori gareggeranno per categoria;
- Nelle gare individuali la categoria Ragazzi maschi gareggerà secondo la seguente suddivisione per anno di nascita: 1° anno (2006) , 2°+3° anno (2005-2004);
- In tutte le fasi dei Campionati Regionali di categoria, a partire da quelle di ammissione, le gare di 50 metri dorso, rana e farfalla **sono riservate alle categorie Juniores e Cadetti.**
- Possono partecipare tutti gli atleti della categoria ES. A, a pieno titolo inquadrati come “Ragazzi”, che abbiano conseguito un tempo inferiore o uguale a quelli indicati dalla tabella nazionale, vedi regolamento generale e normativa federale. Per la gara dei 50 sl, per la quale non compare un tempo limite nella tabella di cui sopra, l’accesso sarà consentito solo se il tempo conseguito comparirà nelle graduatorie nazionali. L’iscrizione di tali atleti dovrà essere effettuata esclusivamente via mail, entro il termine indicato, alla Segreteria del Comitato, precisando quando e dove è stato conseguito il tempo;
- Sarà consentito iscrivere **fuori gara** atleti della categoria Seniores i quali potranno essere inseriti nelle sole gare individuali a completamento delle serie di categorie inferiori.

Programma gare:

| I PARTE A SERIE | II PARTE QUALIFICAZIONE | III PARTE FINALI | IV PARTE QUALIFICAZIONE | V PARTE FINALI | VI PARTE QUALIFICAZIONE | VII PARTE FINALI |
|------------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------|-------------------------|
| 1500 SL F/M a serie | 200 FA M | 200 FA M | 50 FA F/M | 50 FA F/M | 200 FA F | 200 FA F |
| 4X100 MX F/M | 100 FA F | 100 FA F | 200 DO F/M | 200 DO F/M | 100 FA M | 100 FA M |
| | 100 SL M | 100 SL M | 100 SL F | 100 SL F | 100 DO F/M | 100 DO F/M |
| | 200 RA F/M | 200 RA F/M | 100 RA M/F | 100 RA M/F | 50 RA F/M | 50 RA F/M |
| | 200 SL F | 200 SL F | 400 SL M/F | 400 SL M/F | 50 SL F | 50 SL F |
| | 50 DO M/F | 50 DO M/F | 50 SL M | 50 SL M | 200 SL M | 200 SL M |
| | 200 MX M/F | 200 MX M/F | | 4X200 SL F a serie | 400 MX F/M a serie | 400 MX F/M 1° serie |
| | | 4X200 SL M a serie | | | 800 SL F/M a serie | 800 SL F/M 1° serie |
| | | | | | | 4X100 SL F/M a serie |

Ordine di svolgimento

FEMMINE: Seniores, Cadette, Juniores, Ragazze;

MASCHI: Seniores, Cadetti, Juniores, Ragazzi 2°+3° anno, Ragazzi 1° anno

Punteggi e premiazioni:

Per le categorie Juniores e Cadetti verranno premiati i primi 3 atleti e le prime 3 staffette per settore, nella categoria Ragazzi le premiazioni saranno effettuate secondo il seguente criterio:

FEMMINE

⇒ prime 3 atlete per categoria (comprese eventuali esordienti A - vedi norme generali)

MASCHI

⇒ primi 3 atleti anno 2006 (compresi eventuali esordienti A - vedi norme generali)

⇒ primi 3 atleti anni 2005+2004

I punteggi verranno attribuiti nella categoria Ragazzi ai primi 8 secondo il criterio utilizzato per le premiazioni, e sommati ai punteggi delle staffette attribuiti per la categoria. Nelle categorie Juniores e Cadetti i punti verranno assegnati ai primi 8 classificati.

Sarà premiata la prima Società per ogni categoria.

Cronometraggio: AUTOMATICO con tabellone.

Scadenza iscrizioni: 12 luglio 2020

In occasione di questa manifestazione non sarà in nessun modo consentito apportare modifiche alle iscrizioni oltre la data di scadenza indicata, neanche mediante pagamento della multa per ritardata iscrizione.

Tasse gara: € 7.50 atleta-gara per le gare individuali ; € 10.00 per ogni staffetta.