



# PROGRAMMA REGIONALE

## STAGIONE AGONISTICA 23/24

PRESENTAZIONE

- Campionato regionale primaverile Rag/Ass.
- Campionato regionale estivo Es A/ Rag/Ass

04/05/2024 ORISTANO  
29/06/2024 ALGHERO

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO Comitato Regionale Sardegna Sezione Salvamento	REGOLAMENTO REGIONALE SALVAMENTO AGONISTICO STAGIONE 2023/2024	
---	---	--

## CATEGORIE

### MASCHI

### FEMMINE

Esordienti A	12- 13 anni (2012-11)	11-12 anni (2013-12)
Ragazzi	14 – 15 – 16 anni (2010-2009-2008 )	13 – 14 anni (2011– 2010)

LA PARTECIPAZIONE ALL'ATTIVITA'AGONISTICA E' SUBORDINATA AL TESSERAMENTO NELLA DISCIPLINA DEL SALVAMENTO.

## GARE IN PROGRAMMA

-

### CATEGORIA ESA/RAGAZZI/ASSOLUTI

- Nuoto con ostacoli mt 200 R/ASS
- Nuoto con ostacoli mt 100 ES A
  
- Staffetta 4x50 ostacoli R/ASS
- Staffetta 4x50 ostacoli ES A
- 
- Trasporto manichino con pinne e torpedo mt 100 R/ASS
- Trasporto manichino con pinne e torpedo mt 100 ES A
- 
- Staffetta 4x25 manichino R/ASS
- Staffetta 4x25 manichino ES A
  
- Trasporto manichino mt 50 R/ASS
  
- Trasporto manichino mt 50 ES A

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO Comitato Regionale Sardegna Sezione Salvamento	REGOLAMENTO REGIONALE SALVAMENTO AGONISTICO STAGIONE 2023/2024	
---	---	--

## **NORMATIVE GENERALI**

### **ISCRIZIONI ALLE GARE**

Le iscrizioni individuali e di staffette dovranno essere inserite nel Gestionale Federale nel Tab Gare Salvamento entro le data di scadenza iscrizione indicate nel regolamento di ciascuna manifestazione.

**ES A; Ragazzi e Assoluti:** ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 4 prove individuali

Gli assenti andranno comunicati almeno 30 minuti prima dell'inizio della manifestazione.  
La partecipazione ai Campionati Regionali di Categoria non prevede tempi limite;

**Per gli esordienti tutte le gare in cui è previsto l'uso delle pinne, queste dovranno essere in gomma.**

### **ISCRIZIONI ALLE STAFFETTE**

Le iscrizioni vanno iscritte secondo le modalità previste per le gare individuali, tramite il gestionale federale e consegnate compilate sul campo gara al giudice arbitro.

**PREMIAZIONI:** Saranno premiati i primi tre atleti classificati e le prime tre staffette per categoria e sesso.

### **TASSE GARA:**

**INDIVIDUALI: 10,00 €**

**STAFFETTE: 10,00 €**

Per quanto non esposto si fa riferimento alla Circolare per l'attività agonistica 2023/2024.

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO Comitato Regionale Sardegna Sezione Salvamento	REGOLAMENTO REGIONALE SALVAMENTO AGONISTICO STAGIONE 2023/2024	
---	---	--

## CAMPIONATI REGIONALI PRIMAVERILI

04 MAGGIO 2024

H: 16.00 ORISTANO

### PROGRAMMA GARE

RISCALDAMENTO H: 15.00

INIZIO GARE ORE 16.00

TRASPORTO MANICHINE PINNE E TORPEDO (Ammesse solo pinne di gomma di lunghezza non superiore ai 60 cm)	MT. 100	RAG/ASS
NUOTO CON OSTACOLI	MT.200	RAG/ASS.
STAFFETTA CON OSTACOLI	MT. 4X50	RAG/ASS

#### 10 MINUTI PAUSA TECNICA

TRASPORTO MANICHINO	MT.50	RAG/ASS
STAFFETTA MANICHINO	MT. 4X25	ASS.

### PREMIAZIONI:

Verranno premiati i primi 3 atleti per settore e categoria.

**SCADENZA ISCRIZIONI:** 28 APRILE 2024

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO Comitato Regionale Sardegna Sezione Salvamento	REGOLAMENTO REGIONALE SALVAMENTO AGONISTICO STAGIONE 2023/2024	
---	---	--

## **CAMPIONATI REGIONALI ESTIVI**

22 GIUGNO 2024

H: 11.00 ALGHERO

### **PROGRAMMA GARE**

**RISCALDAMENTO H: 10.00**

**INIZIO GARE ORE 11.00**

TRASPORTO MANICHINE PINNE E TORPEDO (Ammesse solo pinne di gomma di lunghezza non superiore ai 60 cm)	MT. 100	ES.A/RAG.A
NUOTO CON OSTACOLI	MT. 200	ES.A/RAG/A
STAFFETTA CON OSTACOLI	MT. 4X50	ESA/RAG/A

### **10 MINUTI PAUSA TECNICA**

TRASPORTO MANICHINO	MT.50	ES. A /RAG/A
STAFFETTA MANICHINO	MT. 4X25	ES. A/RAG/A

### **PREMIAZIONI:**

Verranno premiati i primi 3 atleti per settore e categoria.

**SCADENZA ISCRIZIONI:** 14 GIUGNO 2024