



Comitato Regionale Toscano

Calendario e Regolamento Regionale

Attività Agonistica Settore NUOTO

stagione 2024/2025

ESORDIENTI A e B

**EVENTUALI VARIAZIONI RISPETTO A QUANTO INDICATO NEL PRESENTE
REGOLAMENTO SARANNO TEMPESTIVAMENTE COMUNICATE**

Calendario gare - Stagione 2024/2025

DATA	MANIFESTAZIONE	LUOGO
17 novembre	1° Prova invernale (prima parte)	4 concentramenti
22 dicembre	1° prova invernale (seconda parte)	4 concentramenti
19 gennaio	2° Prova invernale (prima parte)	4 concentramenti menti
16 febbraio	2° Prova invernale (seconda parte)	4 concentramenti
16 marzo	Campionato Regionale a squadre Esordienti B	Livorno (Bastia)
22/23 marzo	Coppa Toscana 2025 Esordienti A	Livorno (Bastia)
6 aprile	1° prova estiva (prima parte)	4 concentramenti
27 aprile	1° prova estiva (seconda parte)	4 concentramenti
18 maggio	2° prova estiva (prima parte)	4 concentramenti
? giugno	2° prova estiva (seconda parte)	4 concentramenti
15 giugno	Coppa Toscana a squadre Esordienti A	Livorno (Camalich)
21/22 giugno	Finale Regionale estiva Esordienti B	Livorno (Bastia)
3/4/5 luglio	Campionato Regionale estivo Esordienti A	Chianciano T. (SI)

Data ultima utile per il conseguimento dei requisiti di ammissione

MANIFESTAZIONE	SCADENZA
Coppa Toscana 2025 Esordienti A	9 marzo 2025
Campionato Regionale estivo Esordienti B	8 giugno 2025
Campionato Regionale estivo Esordienti A	22 giugno 2025

INFORMAZIONI DI CARATTERE GENERALE VALIDE PER TUTTE LE MANIFESTAZIONI FEDERALI ORGANIZZATE DAL COMITATO REGIONALE TOSCANO

- L'importo della tassa gara nelle manifestazioni con **cronometraggio manuale** è di **euro 5,00** per le gare individuali ed **euro 7,00** per le staffette mentre in quelle effettuate con il **cronometraggio automatico (piastre)** così come la **Coppa Toscana Esordienti A 2025** l'importo è di **euro 5,50** per le gare individuali e di **euro 7,50** per le staffette. La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.
- Eventuali ed ulteriori informazioni saranno comunque fornite tempestivamente.

PROVE DI QUALIFICAZIONE (valido sia per la fase invernale che per la fase estiva)

CONCENTRAMENTI e DIVISIONE SOCIETA'

La successiva divisione dei concentramenti sarà valida sia per gli Esordienti B che per gli Esordienti A

- **Concentramento A**
Società delle province di:
LUCCA, MASSA CARRARA, PISTOIA, PRATO
- **Concentramento B**
Società delle province di:
GROSSETO, LIVORNO, PISA
- **Concentramento C**
Società della provincia di **AREZZO** più le seguenti società della provincia di **FIRENZE**: *Aquatempira, Aquatica, Esseci Nuoto, H. Sport, Mugello Nuoto, Sesto Sport, TNT Empoli, Viola Swim Team, Nuoto Scandicci 1982, B)Side*
- **Concentramento D**
Società della provincia di **SIENA** più le seguenti società della provincia di **FIRENZE**: *Firenze Pallanuoto, Rari Nantes Florentia, Tropos, Certaldo Nuoto*

Alla chiusura delle iscrizioni, se sarà necessario a garantire un equilibrio numerico tra i concentramenti date le restrizioni attuali sui numeri dei partecipanti, alcune società potranno essere spostate in un altro concentramento rispetto a quanto riportato sopra, previa comunicazione alle stesse.

Regolamento Prove di qualificazione invernali ed estive

PARTECIPAZIONE

Sia nelle prove invernali che in quelle estive ogni atleta (Esordienti B, Esordienti A) potrà partecipare ad un massimo di **2 gare**.

NUOTATE DI RISCALDAMENTO

In funzione delle presenze previste nelle diverse sessioni di gara e della capienza delle piscine sono stati individuati due turni di riscaldamento (uno per le femmine ed uno per i maschi); la società organizzatrice, una volta chiuse le iscrizioni e sentito il parere del Comitato, potrà comunicare eventuali accorpamenti di turni di riscaldamento e/o di gara rispetto a quanto previsto.

CRONOMETRAGGIO

Manuale a cura della società organizzatrice.

ISCRIZIONI

Tutte le iscrizioni dovranno essere sempre fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni entro la scadenza indicata.

La chiusura delle iscrizioni sarà sempre **alle ore 22.00 del venerdì della settimana precedente la gara.**

TASSA GARA

Il pagamento delle iscrizioni nelle prove di qualificazioni dovrà essere fatto a favore della società organizzatrice della manifestazione stessa.

GESTIONE MANIFESTAZIONE (a cura della società organizzatrice)

Le Società organizzatrici delle prove di qualificazione riceveranno le iscrizioni da parte del CRT e dovranno curare l'impostazione della gara, gestire i risultati, fornire il servizio medico ed il cronometraggio.

Inoltre entro il termine massimo di 48 ore dalla fine della gara dovranno inviare all'indirizzo di posta mlemmi@federnuoto.toscana.it i risultati della manifestazione nel formato prodotto dal programma stesso.

Regolamento Gare Didattiche ESORDIENTI B

Didattica 1 - Apnea partenza: 25 m da nuotare con la prima parte della vasca, 10 m, in apnea.

Dopo il tuffo di partenza gli atleti dovranno quindi pinneggiare, mantenendo una posizione a braccia tese avanti, in subacquea fino a riemergere con la testa oltre la corsia posta alla distanza predetta. Una volta riemersi dovranno terminare la gara a stile libero.

Didattica 2 - Apnea virata: 50 m da nuotare nella prima vasca a stile libero con partenza tradizionale dal blocco. Al termine della prima vasca, dopo aver toccato la parete, dovrà essere effettuata una fase di apnea sul dorso di almeno 5 m (con uscita della testa oltre le bandierine). La seconda vasca sarà nuotata a dorso.

Didattica 3 - Solo Gambe: 50 m da nuotare nella prima vasca con gambe a stile libero e nella seconda con gambe a rana.

La gara si svolgerà con la tavoletta, la partenza avverrà dal basso, una mano al muro e l'altro braccio sulla tavola, mentre la virata dovrà essere effettuata toccando la parete con almeno una mano per poi spingersi dal bordo con le gambe. L'arrivo sarà da effettuarsi toccando la parete con la tavoletta impugnata a 2 mani.

1° Prova invernale (prima parte) - DOMENICA 17 NOVEMBRE 2024

- **Concentramento A - PRATO (Galilei)** - via G. Marradi, 3 >>> [organizzazione Azzurra Nuoto Prato](#)
- **Concentramento B - LIVORNO (Bastia)** - via Mastacchi, 188 >>> [organizzazione Livorno Aquatics](#)
- **Concentramento C - BIBBIENA (AR)** - via Karl Marx >>> [organizzazione Bibbiena Nuoto](#)
- **Concentramento D - POGGIBONSI (SI)** - via dello sport >>> [organizzazione Virtus Poggibonsi](#)

MATTINA

Esordienti B

Riscaldamento FEMMINE ore 8.30 - Riscaldamento MASCHI ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

DIDATTICA 2

50 FA

100 DO

50 RA

100 SL

DIDATTICA 3

POMERIGGIO

Esordienti A

Riscaldamento FEMMINE ore 14.30 - Riscaldamento MASCHI ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

50 SL

100 FA

50 DO

100 RA

200 MX

1° Prova invernale (seconda parte) - DOMENICA 22 DICEMBRE 2024

- **Concentramento A - LUCCA (Itis)** - via Carlo Piaggia, 126 >>> [organizzazione Circolo Nuoto Lucca](#)
- **Concentramento B - FOLLONICA (GR)** - via R. Sanzio >>> [organizzazione Amatori Nuoto Follonica](#)
- **Concentramento C - CALENZANO (FI)** - via di Prato, 64 >>> [organizzazione Esseci Nuoto](#)
- **Concentramento D - FIRENZE (Tavarnuzze)** - via A. Grandi, 2 >>> [organizzazione Rari Nantes Florentia](#)

MATTINA

Esordienti B

Riscaldamento MASCHI ore 8.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

200 SL

100 MX

50 DO

100 RA

50 SL

DIDATTICA 1

POMERIGGIO

Esordienti A

Riscaldamento MASCHI ore 14.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

400 SL

50 FA

100 MX

100 DO

50 RA

100 SL

Gli orari riportati sono puramente indicativi e saranno confermati (o cambiati) al termine delle iscrizioni; verranno comunicati entro il mercoledì precedente la gara.

2° Prova invernale (prima parte) - DOMENICA 19 GENNAIO 2025

- **Concentramento A - PRATO (Galilei)** - via G. Marradi, 3 >>> [organizzazione Futura Club Prato](#)
- **Concentramento B - PONTEDERA (PI)** - via della Costituzione, 38 >>> [organizzazione D. N. Pontedera](#)
- **Concentramento C - SAN CASCIANO (FI)** - via Dante Alighieri >>> [organizzazione Aquatica](#)
- **Concentramento D - COLLE VAL D'ELSA (SI)** - via XXV aprile, 44 >>> [organizzazione Pol. Olimpia](#)

MATTINA

Esordienti A

Riscaldamento FEMMINE ore 8.30 - Riscaldamento MASCHI ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

50 SL
100 FA
50 DO
100 RA
200 MX

POMERIGGIO

Esordienti B

Riscaldamento FEMMINE ore 14.30 - Riscaldamento MASCHI ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

DIDATTICA 2
50 FA
100 DO
50 RA
100 SL
DIDATTICA 3

2° Prova invernale (seconda parte) - DOMENICA 16 FEBBRAIO 2025

- **Concentramento A - LARCIANO (PT)** - via G. Marconi, 878 >>> [organizzazione Nuoto Valdinievole](#)
- **Concentramento B - PISA** - piazzale dello sport >>> [organizzazione Abc Nuoto Pisa](#)
- **Concentramento C - CORTONA (AR)** - via Antica >>> [organizzazione Virtus Buonconvento](#)
- **Concentramento D - SIENA (Acquacalda)** - via F. Coppi, 1 >>> [organizzazione Siena Nuoto](#)

MATTINA

Esordienti A

Riscaldamento MASCHI ore 8.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

400 SL
50 FA
100 MX
100 DO
50 RA
100 SL

POMERIGGIO

Esordienti B

Riscaldamento MASCHI ore 14.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

200 SL
100 MX
50 DO
100 RA
50 SL
DIDATTICA 1

Gli orari riportati sono puramente indicativi e saranno confermati (o cambiati) al termine delle iscrizioni; verranno comunicati entro il mercoledì precedente la gara.

CAMPIONATO REGIONALE A SQUADRE ESORDIENTI B

16 Marzo 2025
LIVORNO - piscina Bastia

PROGRAMMA GARE

(solo mattina)

Riscaldamento FEMMINE 8.00-8.30

Riscaldamento MASCHI 8.30-9.00

Inizio gare ore 9.10

staffetta 4x25 MX

100 SL

50 FA

100 RA

50 DO

staffetta 4x25 SL

100 DO

50 RA

100 MX

50 SL

Tali orari sono indicativi e saranno confermati o variati una volta chiuse le iscrizioni.

CRONOMETRAGGIO

Manuale.

AMMISSIONE

Non ci sono limitazioni, l'iscrizione è libera

Saranno ammesse a partecipare tutte le società che ne faranno richiesta.

PARTECIPAZIONE

Ogni società potrà iscrivere 1 atleta femmina ed 1 atleta maschio per ogni gara (indipendentemente dall'anno di nascita) ed 1 staffetta Femminile ed 1 staffetta Maschile per specialità

Ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di **1 gara individuale + 1 staffetta**.

PUNTEGGI

Individuali: 25-23-22.....1. Staffette: punteggio doppio.

PREMIAZIONI

Saranno premiate le prime 10 società classificate. In caso di parità si terrà di conto del miglior classificato nella gara dei 50 stile libero femminili e/o maschili.

Non saranno effettuate premiazioni individuali

ASSENZE

Le Società che hanno inviato regolarmente le iscrizioni, ma che si trovano ad avere assenti (non sono ammesse variazioni di gare precedentemente iscritte) potranno sostituirli con altri atleti, ferme restando le limitazioni previste dal Regolamento, dandone comunicazione nei seguenti modi:

- entro venerdì 14 marzo 2025 alle ore 19,00 all'indirizzo nuoto.toscana@federnuoto.it
- successivamente, ma almeno 1 ora prima dell'inizio del turno gara, consegnando direttamente alla segreteria interna la variazione.

PROGRAMMA GARE - ASSENZE - CONFERME

Il programma gare con le batterie effettive sarà fornito alle società partecipanti entro il mercoledì precedente la gara, invitando le società stesse a diffonderlo a tutti i partecipanti, in modo che ogni atleta sappia quando presentarsi per evitare assembramenti in zona chiamata.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere sempre fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 12.00 di venerdì 7 marzo 2025.**

Il costo delle iscrizioni è di **€ 5,00** per ogni gara individuale e di **€ 7,00** per ogni staffetta.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

COPPA TOSCANA 2025 ESORDIENTI A "XXII Memorial Egidio Giannoni"

22/23 Marzo 2025
LIVORNO - piscina Bastia

22 marzo MATTINA	Riscaldamento: femmine 8.30-8.50 / maschi 8.50-9.10 INIZIO GARE ore 9.15 400 SL Riscaldamento: femmine 10.30-10.50 / maschi 10.50-11.10 INIZIO GARE ore 11.15 50 RA 50 SL
22 marzo POMERIGGIO	Riscaldamento: femmine 14.45-15.05 / maschi 15.05-15.25 INIZIO GARE ore 15.30 200 MX Riscaldamento: femmine 17.00-17.20 / maschi 17.20-17.40 INIZIO GARE ore 17.45 100 RA Staffetta 8x50 SL (4F+4M)
23 marzo MATTINA	Riscaldamento: femmine 8.30-8.50 / maschi 8.50-9.10 INIZIO GARE ore 9.15 100 SL Riscaldamento: femmine 10.00-10.20 / maschi 10.20-10.40 INIZIO GARE ore 10.45 100 DO 100 FA
23 marzo POMERIGGIO	Riscaldamento: femmine 14.45-15.05 / maschi 15.05-15.25 INIZIO GARE ore 15.30 50 DO 50 FA Riscaldamento: femmine 16.30-16.50 / maschi 16.50-17.10 INIZIO GARE ore 17.15 100 MX Staffetta 4x50 MX

REGOLAMENTO

Gli orari riportati, in particolar modo quelli relativi ai turni di riscaldamento della seconda parte di ogni sessione, sono da considerarsi indicativi.

Eventuali spareggi saranno effettuati subito dopo il riscaldamento previsto per quelle gare specifiche.

AMMISSIONE (non sono previste riserve)

Saranno ammessi a partecipare i migliori **40** atleti per anno di nascita e per sesso che abbiano conseguito i migliori tempi nelle manifestazioni regolarmente autorizzate. Gli atleti gareggeranno divisi per anno di nascita e serie decrescenti. Limitatamente per la gara dei **400 SL** gli ammessi saranno **24** per ogni anno di nascita e sesso. L'iscrizione delle staffette è libera.

PARTECIPAZIONE

Ogni atleta potrà essere iscritto ad un massimo di **3** gare individuali + **2** staffette

Ogni società potrà iscrivere al massimo **1** staffetta per tipo e per sesso

CRONOMETRAGGIO

Manuale a cura della F.I.Cr. (Federazione Italiana Cronometristi).

PUNTEGGI

17 punti al/alla primo/a classificato/a, 15 punti al/alla secondo/a e così via fino al/alla 16° classificato/a che prenderà 1 punto.

PREMIAZIONI

Individuali: saranno premiati i primi 3 atleti per anno di nascita e sesso in ogni gara.

Staffette: saranno premiate le prime 3 formazioni per sesso e per categoria (4x50 MX) o per categoria (8x50 SL)

Squadra: saranno premiate le prime 3 società classificate.

Alla Società con più atleti sul podio verrà assegnata una targa in memoria di Egidio Giannoni, già Vice Presidente del Comitato Regionale Toscano.

PROGRAMMA GARE - ASSENZE - CONFERME

L'elenco degli ammessi sarà fornito alle società tramite i soliti canali: WhatsApp, mail e sito regionale (area riservata).

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere sempre fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

Saranno ritenuti validi i tempi ottenuti sia in vasca da mt. 25 che in vasca da mt. 50 (con relativo abbuono) nella stagione 2024/2025 entro la data del 9/03/2025.

La manifestazione è stata impostata in modo tale che gli atleti effettivamente qualificati saranno automaticamente estrapolati dal sistema. Le società, infatti, potranno procedere a fare le iscrizioni anche per quegli atleti per i quali non è certa la qualificazione, in quanto l'addebito delle tasse gara dovute avverrà soltanto dopo che le liste dei finalisti saranno rese definitive.

Si ricorda, in ogni caso, che sarà necessario avere nella sezione economato un saldo tale da coprire le tasse gara complessivamente dovute in sede iniziale di iscrizione, poiché l'importo verrà solo "impegnato" per poi essere effettivamente addebitato alla chiusura, sulla base degli atleti ammessi.

Eventuali tempi non presenti nel portale al momento dell'iscrizione dovranno essere segnalati, tramite l'apposita funzione presente nel portale (SEGNALAZIONI), indicando *tempo, vasca, cronometraggio, luogo e data* di effettivo conseguimento.

Le iscrizioni apriranno da mercoledì 28 febbraio e chiuderanno **alle ore 12.00 di venerdì 14/03/25**.

Il costo delle iscrizioni è di € 5,50 per ogni gara individuale e di € 7,50 per ogni staffetta

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

L'iscrizione della **staffetta 8x50 SL (4 femmine + 4 maschi)** dovrà essere fatta inviando l'adesione per mail al consueto indirizzo di posta del CRT (nuoto.toscana@federnuoto.it) poiché il portale non contempla quel tipo di gara/staffetta.

La tassa gara di tale staffetta verrà successivamente addebitata da CR Toscana tramite il portale.

I nominativi della formazione della staffetta 8x50 SL saranno compilati direttamente sul piano vasca il giorno stesso della gara.

A tal proposito si avverte che il tempo della/del prima/o frazionista non sarà valido e quindi non verrà ufficializzato.

1° Prova estiva (prima parte) - DOMENICA 6 APRILE 2025

- **Concentramento A - PRATO (Galilei)** - via G. Marradi, 3 >>> [organizzazione Azzurra Nuoto Prato](#)
- **Concentramento B - PONTEDERA (PI)** - via della Costituzione, 38 >>> [organizzazione D. N. Pontedera](#)
- **Concentramento C - CALENZANO (FI)** - via di Prato, 64 >>> [organizzazione Esseci Nuoto](#)
- **Concentramento D - FIRENZE (Tavarnuzze)** - via A. Grandi, 2 >>> [organizzazione Rari Nantes Florentia](#)

MATTINA

Esordienti B

Riscaldamento FEMMINE ore 8.30 - Riscaldamento MASCHI ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

DIDATTICA 2

50 FA

100 DO

50 RA

100 SL

DIDATTICA 3

POMERIGGIO

Esordienti A

Riscaldamento FEMMINE ore 14.30 - Riscaldamento MASCHI ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

800 SL F

1500 SL M

100 FA

200 DO

100 RA

200 SL

200 MX

1° Prova estiva (seconda parte) - DOMENICA 27 APRILE 2025

- **Concentramento A - LARCIANO (PT)** - via G. Marconi, 878 >>> [organizzazione Nuoto Valdinievole](#)
- **Concentramento B - LIVORNO (Bastia)** - via Mastacchi, 188 >>> [organizzazione Livorno Aquatics](#)
- **Concentramento C - SAN CASCIANO (FI)** - via Dante Alighieri >>> [organizzazione Aquatica](#)
- **Concentramento D - POGGIBONSI (SI)** - via dello sport >>> [organizzazione Virtus Poggibonsi](#)

**La società [Aquatica](#), soltanto per questa prova, gareggerà nel concentramento A*

MATTINA

Esordienti B

Riscaldamento MASCHI ore 8.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

200 SL

100 MX

50 DO

100 RA

50 SL

DIDATTICA 1

POMERIGGIO

Esordienti A

Riscaldamento MASCHI ore 14.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

400 SL

200 FA

100 DO

200 RA

100 SL

400 MX

Gli orari riportati sono puramente indicativi e saranno confermati (o cambiati) al termine delle iscrizioni; verranno comunicati entro il mercoledì precedente la gara

2° Prova estiva (prima parte) - DOMENICA 18 MAGGIO 2025

- **Concentramento A - LUCCA (Iti)** - via Carlo Piaggia, 126 >>> [organizzazione Circolo Nuoto Lucca](#)
- **Concentramento B - PISA** - piazzale dello sport >>> [organizzazione Abc Nuoto Pisa](#)
- **Concentramento C - CORTONA (AR)** - via dei Mori, 24 >>> [organizzazione Virtus Buonconvento](#)
- **Concentramento D - SIENA (Acquacalda)** - via F. Coppi, 1 >>> [organizzazione Siena Nuoto](#)

MATTINA

Esordienti A

Riscaldamento FEMMINE ore 8.30 - Riscaldamento MASCHI ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

800 SL F
1500 SL M
100 FA
200 DO
100 RA
200 SL
200 MX

POMERIGGIO

Esordienti B

Riscaldamento FEMMINE ore 14.30 - Riscaldamento MASCHI ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

DIDATTICA 2
50 FA
100 DO
50 RA
100 SL
DIDATTICA 3

2° Prova estiva (seconda parte) - date diverse

SABATO 31 MAGGIO 2025 (pomeriggio)

- **Concentramento B - LIVORNO (Bastia)** - via Mastacchi, 188 >>> [organizzazione Livorno Aquatics](#)

DOMENICA 1 GIUGNO 2025 (mattina)

- **Concentramento A - LUCCA (Iti)** - via Carlo Piaggia, 126 >>> [organizzazione Circolo Nuoto Lucca](#)
- **Concentramento C - CORTONA (AR)** - via dei Mori, 24 >>> [organizzazione Virtus Buonconvento](#)
- **Concentramento D - COLLE VAL D'ELSA (SI)** - via XXV aprile, 44 >>> [organizzazione Pol. Olimpia](#)

1 TRUNO

Esordienti A

Riscaldamento MASCHI ore 8.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 8.50

Inizio gare ore 9.15

400 SL
200 FA
100 DO
200 RA
100 SL
400 MX

2 TURNO

Esordienti B

Riscaldamento MASCHI ore 14.30 - Riscaldamento FEMMINE ore 14.50

Inizio gare ore 15.15

200 SL
100 MX
50 DO
100 RA
50 SL
DIDATTICA 1

Gli orari riportati sono puramente indicativi e saranno confermati (o cambiati) al termine delle iscrizioni; verranno comunicati entro il mercoledì precedente la gara

COPPA TOSCANA A SQUADRE ESORDIENTI A

16 Giugno 2025

Livorno - piscina "Camalich" (vasca m 50)

PROGRAMMA GARE

MATTINA

Domenica 15 GIUGNO 2025

Riscaldamento FEMMINE ore 8.30 - Riscaldamento MASCHI ore 8.50

Inizio Gare ore 9.15

- 4x100 STILE LIBERO
- 200 MISTI
- 200 STILE LIBERO
- 100 DORSO
- 200 FARFALLA
- 200 RANA

POMERIGGIO

Domenica 15 GIUGNO 2025

Riscaldamento FEMMINE ore 14.30 - Riscaldamento MASCHI ore 14.50

Inizio Gare ore 15.15

- 4x100 MISTA
- 200 DORSO
- 400 STILE LIBERO
- 100 RANA
- 100 FARFALLA
- 100 STILE LIBERO

La mattina dalle ore 9.15 fino al termine delle gare ed il pomeriggio dalle ore 15.15 fino al termine delle gare saranno disponibili anche n. 3 corsie dell'attigua vasca da 25 m per il riscaldamento degli atleti.

CRONOMETRAGGIO

Manuale a cura della Federazione Italiana Cronometristi.

AMMISSIONE

Non ci sono limitazioni, l'iscrizione è libera.

Saranno ammesse a partecipare tutte le Società Toscana che ne faranno richiesta.

PARTECIPAZIONE

Ogni Società potrà iscrivere al **massimo 2 atlete Femmine** e **2 atleti Maschi** per ogni gara ed una sola formazione di staffetta per sesso e tipo.

Ogni atleta potrà partecipare ad un **massimo di 3 gare (senza distinzione fra gare individuali e staffetta)**

PUNTEGGI

Individuali: 25-23-22.....1. Staffette: punteggio doppio.

PREMIAZIONI

Saranno premiate le prime 3 società classificate e **non saranno effettuate premiazioni individuali.**

In caso di parità si terrà di conto della miglior classificata della staffetta 4x100 mista femminile e/o maschile.

ASSENZE

Le Società dovranno comunicare gli assenti entro 30' dall'inizio del turno gara.

Eventuali sostituzioni e/o cambiamenti di formazione potranno essere fatti entro mezz'ora dall'inizio del turno gara di riferimento.

Tali sostituzioni verranno inserite nella batteria/corsia dell'atleta assente o sostituito; non si procederà, quindi, a ricomporre le batterie già predisposte secondo il programma.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni individuali e di staffetta dovranno essere sempre fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 12.00 di venerdì 6 giugno 2025.**

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

Si ricorda che anche le staffette dovranno essere iscritte sul portale inserendo i nominativi degli staffettisti; sarà comunque consentito cambiare i componenti della staffetta anche il giorno stesso della gara (nei tempi previsti) purché tali atleti siano stati precedentemente iscritti nella manifestazione.

FINALE REGIONALE ESTIVA ESORDIENTI B
12° Memorial Renato Dani

21/22 Giugno 2025
Livorno - piscina Bastia

Programma e regolamento da definire

CAMPIONATO REGIONALE ESTIVO ESORDIENTI A

3/4/5 Luglio 2025
CHIANCIANO TERME (SI) - 50 metri

Programma e regolamento da definire