

CAMPIONATI REGIONALI PRIMAVERILI

12-13-14 Marzo 2010

I campionati si disputeranno presso la Piscina Comunale di Bastia Umbra nei giorni 12-13-14 Marzo 2010 con inizio : il 12 -13 alle ore 16:30 e il 14 alle ore 15:30

La vasca sarà a disposizione delle Società della provincia di Perugia 90' prima dell'inizio gare 45' prima per le Società della provincia di Terni.

REGOLAMENTO

- 1) la partecipazione ai Campionati Regionali Primaveraili sarà stabilita secondo i criteri della tabella allegata.
- 2) Le categorie cadetti e seniores sono accorpati in unica categoria
- 3) Verranno effettuati ripescaggi (riserve) al fine di completare i posti lasciati liberi dalle opzione di iscrizione
- 4) In questa edizione dei Campionati Regionali Primaveraili assoluti e di categoria è esclusa la partecipazione individuale di atleti appartenenti alla categoria "Esordienti".
- 5) Nei Campionati Regionali Primaveraili assoluti e di categoria , le gare di 50 metri Dorso, Rana e Farfalla, sono riservate alle categorie Juniores, Cadetti e Senior.
- 6) Gli atleti della categoria Ragazzi, potranno partecipare mediante Wild Card (deposito cauzionale di €. 10,00 in aggiunta alla tassa di iscrizione) **purché in possesso dei tempi** della tabella valida per l'intero territorio nazionale (regolamento FIN), qui appresso riportata:

Tempi Limite per la categoria Ragazzi (mt. 50 dorso,rana e farfalla)

MASCHI		FEMMINE
00'29,30	50 dorso	00'33,30
00'32,20	50 rana	00'36,80
00'27,20	50 farfalla	00'31,30

- 7) Nel caso che in suddetti campionati, l'atleta della categoria Ragazzi, non ottenga il tempo pari o migliore della tabella, verrà trattenuto il deposito cauzionale di € 10,00 come da regolamento nazionale F.I.N.
- 8) Nel caso di pari merito nell'ultimo posto utile di una Categoria, verrà sacrificato l'ultimo tempo di una delle Categorie successive, purché il tempo sia superiore a quello dei pari merito.
- 9) Per gli atleti che otterranno i posti utili in più di 6 gare, le Società dovranno comunicare l'opzione delle gare scelte, tenendo presente che non possono essere effettuate più di due gare per turno. A tal proposito le società dovranno dare l'opzione della partecipazione dei loro atleti fino al **40° classificato**, per consentire l'eventuale ripescaggi dei posti lasciati liberi.

Le iscrizioni degli atleti da ripescare dovrà pervenire per mezzo **e-mail**, **in formato Excel** con la seguente formula:

COGNOME NOME (IN UNICA CELLA), SOLO ANNO DI NASCITA, SOCIETA', TEMPO GARA (MINUTI punto SECONDI virgola CENTESIMI (es.: 00.21,34)

Esempio tabella EXCEL

100 stile libero maschi				
Cognome	nome	Anno	Società	Tempo
Pinco	pallino	1816	Nati per perdere	03.55,99

- 10) Le rinunce a seguito delle opzioni dovute al limite di 6 gare totale e 2 per turno, comporteranno l'inserimento in sostituzione degli atleti immediatamente successive nella graduatoria per categoria del Comitato Regionale.
- 11) In caso di mancanza di atleti di una categoria, i posti lasciati liberi verranno rimpiazzati da atleti con i tempi migliori nella graduatoria regionale.
- 12) Ogni Società potrà iscrivere **massimo tre staffette** per sesso(**una per categoria, e non più di una assoluta**). Le staffette di categoria potranno essere completate con non più di due atleti appartenenti a categorie inferiori. Gli atleti appartenenti alla categoria Esordienti A potranno prendere parte, sempre in numero massimo di 2, solo a staffette di Categoria Ragazzi.
- 13) In fase di iscrizione preventiva per le staffette, le Società dovranno comunicare alla segreteria del CR Umbro le categorie e il numero

delle staffette. Al momento della presentazione nominativa della staffetta è **tassativo l'indicazione della categoria della staffetta, numero tessera, l'anno di nascita e la categoria** di ciascuno dei quattro componenti, elencati secondo l'ordine di partenza (**N:B**: pena l'esclusione dalla gara). L'assenza o la rinuncia di una squadra di staffetta va segnalata riconsegnando l'apposito cartellino sbarrando con l'indicazione, ben visibile “**ASSENTE**”.

- 14) Nel corso di una manifestazione uno staffettista che abbia effettuato una staffetta, non potrà ripetere la **stessa gara a staffetta** in altra categoria (anche se in programma in giornate o turno diversi).
- 15) I rappresentanti della società dovranno segnalare l'assenza dei loro atleti mezz'ora prima dell'inizio di ogni turno di gara.
- 16) Il riscaldamento verrà effettuato in due turni: al primo turno parteciperanno le Società vicine al campo di gara, al secondo le altre. In base alle iscrizioni verrà comunicato alle Società il turno di riscaldamento.
- 17) Gli atleti umbri tesserati per qualsiasi società sportiva civile o militare, se da essa autorizzati, potranno prendere parte alle gare individuali dei Campionati Regionali ma, senza attribuire punteggio.
- 18) Non è prevista una pausa tra il termine delle gare e l'inizio delle staffette.

Premiazione :

- Saranno premiati i **primi tre atleti assoluti** maschile e femminile Per ogni gara
- saranno premiati i **primi tre atleti** della categoria **ragazzi e juniores** maschile e femminile;
- sarà premiato il **1° atleta** della categoria unica (cadetti e seniores) maschile e femminile
- saranno premiati le prime **tre società Assolute** (la somma del punteggio maschile e femminile)
- **sarà premiata la società prima classificata delle categoria ragazzi ,junior** (la somma del punteggio maschile e femminile)e la **prima società** della **categoria unica** (cadetti e senior) la somma del punteggio maschile e femminile.

Programma gare

**1[^] giornata
12 Marzo 2010**

50	dorso	femm.
50	dorso	maschi
400	st. libero	femm.
400	st. libero	maschi
100	rana	femm.
100	rana	maschi
100	farfalla	femm.
100	farfalla	maschi
400	misti	femm.
400	misti	maschi
50	st. libero	femm.
50	st. libero	maschi
4 x 100	misti	femm.
4 x 100	misti	maschi

**2[^] giornata
13 Marzo 2010**

200	farfalla	femm.
200	farfalla	maschi
100	dorso	femm.
100	dorso	maschi
50	rana	femm.
50	rana	maschi
100	st. libero	femm.
200	st. libero	maschi.
200	misti	femm.
200	misti	maschi
800	st. libero	femm.
4 x 200	SL.	maschi
4 x 200	SL	femm

**3[^] giornata
14 Marzo 2010**

200	dorso	maschi
200	dorso	femm.
50	farfalla	maschi
50	farfalla	femm.
200	rana	maschi
200	rana	femm.
100	st. libero	maschi
200	st. libero	femm.
1500	st. libero	maschi
4 x 200	SL	femm
4 x 200	SL.	maschi

MASCHI

Mt.	Gara	Ragazzi 1° 1996	Ragazzi 1995 -1994	Junior 1993 -1992	Cadetti Senior
50	Stile Libero	6 (atleti)	10 (atleti)	10 (atleti)	6 (atleti)
100	Stile Libero	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
200	Stile Libero	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
400	Stile Libero	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
1500	Stile Libero	2 (atleti)	4 (atleti)	6 (atleti)	4 (atleti)
50	Dorso			8 (atleti)	6 (atleti)
100	Dorso	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
200	Dorso	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
50	Rana			8 (atleti)	6 (atleti)
100	Rana	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
200	Rana	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
50	Farfalla			8 (atleti)	6 (atleti)
100	Farfalla	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
200	Farfalla	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
200	Misti	4 (atleti)	6 (atleti)	8 (atleti)	6 (atleti)
400	Misti	2 (atleti)	4 (atleti)	6 (atleti)	4 (atleti)

FEMMINE

Mt.	Gara	Ragazze 1997-1996	Junior 1995-1994	Cadetti Senior
50	Stile Libero	16 (atlete)	10 (atleti)	6 (atleti)
100	Stile Libero	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
200	Stile Libero	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
400	Stile Libero	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
800	Stile Libero	6 (atlete)	6 (atlete)	4 (atlete)
50	Dorso		8 (atlete)	6 (atlete)
100	Dorso	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
200	Dorso	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
50	Rana		8 (atlete)	6 (atlete)
100	Rana	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
200	Rana	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
50	Farfalla		8 (atlete)	6 (atlete)
100	Farfalla	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
200	Farfalla	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
200	Misti	10 (atlete)	8 (atlete)	6 (atlete)
400	Misti	6 (atlete)	6 (atlete)	4 (atlete)