

REGOLAMENTI E PROGRAMMI NUOTO ESORDIENTI A 2013/2014



2013/2014

Comitato Regionale Sardo

COME DA CIRCOLARE NORMATIVA NAZIONALE 2013/2014, IL RITARDO NELLA PRESENTAZIONE DELLE ISCRIZIONI E' SANZIONATO CON UN AMMENDA DI € 100.00. NON SARANNO AMMESSE ISCRIZIONI OLTRE IL TERMINE DI TRE GIORNI DALLA DATA DI SCADENZA FISSATA.

Per quanto non esposto si rimanda alle Norme Generali già valide nella stagione precedente, al Regolamento Tecnico FIN e FINA e al Regolamento Federale dell'attività agonistica.

Disposizioni pagine:

Elenco Generale Manifestazioni Nuoto	pg.1 - 4
Programmi e regolamenti attività Esordienti A	pg. 5-20

VERSIONE DELL'11/12/13

DATA	ora	IMPIANTO	MANIFESTAZIONE	DIS	GG	SCADENZA
domenica 10 novembre 2013	10.30	LU FANGAZZU	1 PROVA ES.A	N	M	28/10/13
domenica 10 novembre 2013	16.30	LU FANGAZZU	1 PROVA ES.B	N	M	28/10/13
domenica 10 novembre 2013	9.30	TERRAMAINI	1 PROVA ES.A	N	M	28/10/13
domenica 10 novembre 2013	16.00	TERRAMAINI	1 PROVA ES.B	N	M	28/10/13
sabato 16 novembre 2013	17.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	M	4/11/13
sabato 16 novembre 2013	17.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	M	4/11/13
domenica 17 novembre 2013	10.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	M	4/11/13
domenica 17 novembre 2013	16.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	M	4/11/13
domenica 17 novembre 2013	9.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	M	4/11/13
domenica 17 novembre 2013	16.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	M	4/11/13
domenica 1 dicembre 2013	10.30	NUORO	2 PROVA ES.A	N	M	18/11/13
domenica 1 dicembre 2013	16.30	NUORO	2 PROVA ES.B	N	M	18/11/13
domenica 1 dicembre 2013	9.30	TERRAMAINI	2 PROVA ES.A	N	M	18/11/13
domenica 1 dicembre 2013	16.00	TERRAMAINI	2 PROVA ES.B	N	M	18/11/13
sabato 7 dicembre 2013	17.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	A	f
domenica 8 dicembre 2013	9.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	A	f
domenica 8 dicembre 2013	16.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ASS.VC	N	A	f
domenica 15 dicembre 2013	10.30	TERRAMAINI	CAMP.REG. A SQADRE ESORD.A	N	M	2/12/13
domenica 22 dicembre 2013	17.00	LU FANGAZZU	COPPA CADUTI DI BREMA FASE REG.	N	M	9/12/13
domenica 22 dicembre 2013	16.00	TERRAMAINI	COPPA CADUTI DI BREMA FASE REG.	N	M	9/12/13
domenica 19 gennaio 2014	10.30	LU FANGAZZU	2 PROVA TEMPI ASSOLUTI	N	M	7/1/14
domenica 19 gennaio 2014	16.30	LU FANGAZZU	2 PROVA TEMPI ASSOLUTI	N	M	7/1/14
domenica 19 gennaio 2014	9.00	TERRAMAINI	2 PROVA TEMPI ASSOLUTI	N	M	7/1/14
domenica 19 gennaio 2014	16.00	TERRAMAINI	2 PROVA TEMPI ASSOLUTI	N	M	7/1/14
domenica 26 gennaio 2014	10.30	LU FANGAZZU	3 PROVA ESORD.A	N	M	13/1/14
domenica 26 gennaio 2014	16.30	LU FANGAZZU	3 PROVA ESORD.B	N	M	13/1/14
domenica 26 gennaio 2014	9.30	TERRAMAINI	3 PROVA ESORD.A	N	M	13/1/14
domenica 26 gennaio 2014	16.00	TERRAMAINI	3 PROVA ESORD.B	N	M	13/1/14
sabato 8 febbraio 2014	18.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	27/1/14
sabato 8 febbraio 2014	18.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	27/1/14
domenica 9 febbraio 2014	10.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	27/1/14

domenica 9 febbraio 2014	16.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	27/1/14
domenica 9 febbraio 2014	9.30	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	27/1/14
domenica 9 febbraio 2014	16.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	27/1/14
sabato 15 febbraio 2014	10.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
sabato 15 febbraio 2014	17.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
sabato 15 febbraio 2014	10.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
sabato 15 febbraio 2014	17.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
domenica 16 febbraio 2014	10.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
domenica 16 febbraio 2014	16.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
domenica 16 febbraio 2014	9.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
domenica 16 febbraio 2014	16.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	3/2/14
domenica 23 febbraio 2014	10.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.B	N	M	10/2/14
domenica 23 febbraio 2014	16.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.B	N	M	10/2/14
domenica 23 febbraio 2014	9.30	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.B	N	M	10/2/14
domenica 23 febbraio 2014	16.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.INV.ES.B	N	M	10/2/14
sabato 1 marzo 2014	17.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	f
domenica 2 marzo 2014	9.30	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	f
domenica 2 marzo 2014	16.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ES.A	N	M	f
sabato 8 marzo 2014	9.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	f
sabato 8 marzo 2014	18.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	f
domenica 9 marzo 2014	9.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	f
domenica 9 marzo 2014	16.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.GIOV.	N	A	f
domenica 16 marzo 2014	9.30	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ES.B	N	M	f
domenica 16 marzo 2014	16.00	TERRAMAINI	FINALI CAMP.REG.INV.ES.B	N	M	f
domenica 13 aprile 2014	10.30	NUORO	4 PROVA ESORD.A	N	M	31/3/14
domenica 13 aprile 2014	16.30	NUORO	4 PROVA ESORD.B	N	M	31/3/14
domenica 13 aprile 2014	9.30	TERRAMAINI	4 PROVA ESORD.A	N	M	31/3/14
domenica 13 aprile 2014	16.00	TERRAMAINI	4 PROVA ESORD.B	N	M	31/3/14
sabato 10 maggio 2014	18.00	TERRAMAINI	CAMP.REG.ASS.PRIMAVERILI	N	A	28/4/14
domenica 11 maggio 2014	9.00	TERRAMAINI	CAMP.REG.ASS.PRIMAVERILI	N	A	28/4/14
domenica 11 maggio 2014	16.00	TERRAMAINI	CAMP.REG.ASS.PRIMAVERILI	N	A	28/4/14
domenica 18 maggio 2014	10.30	LU FANGAZZU	5 PROVA ESORD.A	N	M	5/5/14
domenica 18 maggio 2014	16.30	LU FANGAZZU	5 PROVA ESORD.A	N	M	5/5/14
domenica 18 maggio 2014	9.30	TERRAMAINI	5 PROVA ESORD.A	N	M	5/5/14
domenica 18 maggio 2014	16.00	TERRAMAINI	5 PROVA ESORD.A	N	M	5/5/14

domenica 25 maggio 2014	10.30	LU FANGAZZU	5° PROVA ESORD.B	N	M	12/5/14
domenica 25 maggio 2014	16.30	LU FANGAZZU	5° PROVA ESORD.B	N	M	12/5/14
domenica 25 maggio 2014	9.30	TERRAMAINI	5° PROVA ESORD.B	N	M	12/5/14
domenica 25 maggio 2014	16.00	TERRAMAINI	5° PROVA ESORD.B	N	M	12/5/14
domenica 1 giugno 2014	10.30	TERRAMAINI	CAMP.NAZ.A SQUADRE RAG.FASE REG.	N	M	12/5/14
sabato 7 giugno 2014	18.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ASS.	N	A	26/5/14
sabato 7 giugno 2014	17.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ASS.	N	A	26/5/14
domenica 8 giugno 2014	10.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ASS.	N	A	26/5/14
domenica 8 giugno 2014	16.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ASS.	N	A	26/5/14
domenica 8 giugno 2014	9.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ASS.	N	A	26/5/14
domenica 8 giugno 2014	16.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ASS.	N	A	26/5/14
sabato 21 giugno 2014	18.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	9/6/14
sabato 21 giugno 2014	17.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	9/6/14
domenica 22 giugno 2014	10.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	9/6/14
domenica 22 giugno 2014	16.30	LU FANGAZZU	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	9/6/14
domenica 22 giugno 2014	9.30	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	9/6/14
domenica 22 giugno 2014	16.00	TERRAMAINI	QUAL.CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	9/6/14
sabato 28 giugno 2014	18.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI ASSOLUTI	N	A	f
domenica 29 giugno 2014	10.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI ASSOLUTI	N	A	f
domenica 29 giugno 2014	16.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI ASSOLUTI	N	A	f
sabato 5 luglio 2014	S	ALGHERO	CAMP.REG.ESTIVI ESORD.B	N	M	19/6/14
sabato 5 luglio 2014	0.00	ROVERETO	CAMP.NAZ.ESORD.A SQADR.REG.	N		
domenica 6 luglio 2014	M	ALGHERO	CAMP.REG.ESTIVI ESORD.B	N	M	19/6/14
domenica 6 luglio 2014	S	ALGHERO	CAMP.REG.ESTIVI ESORD.B	N	M	19/6/14
sabato 12 luglio 2014	17.00	FARCANA	FINALI CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	f
domenica 13 luglio 2014	10.30	FARCANA	FINALI CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	f
domenica 13 luglio 2014	17.00	FARCANA	FINALI CAMP.REG.ESTIVI ESORD.A	N	M	f
venerdì 18 luglio 2014	10.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI GIOV.	N	A	f
venerdì 18 luglio 2014	18.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI GIOV.	N	A	23/6/14
sabato 19 luglio 2014	10.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI GIOV.	N	A	23/6/14
sabato 19 luglio 2014	18.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI GIOV.	N	A	23/6/14
domenica 20 luglio 2014	10.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI GIOV.	N	A	23/6/14
domenica 20 luglio 2014	17.30	LU FANGAZZU	FINALI CAMP.REG.ESTIVI GIOV.	N	A	23/6/14

Si precisa che gli orari e le sedi sopra 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

Si richiama l'attenzione sul rispetto delle date di Scadenza Iscrizione, gli eventuali ritardi saranno sanzionati con un ammenda di € 100.00, pagabile con bonifico, in assenza di pagamento la Società verrà esclusa dalla manifestazione.

Non verranno prese in considerazione, neanche dietro presentazione di avvenuto pagamento, iscrizioni di atleti non in regola con il tesseramento o presentate oltre i 3 giorni dalla data di scadenza indicata.

Ai fini della conferma di presenza alla gara, è obbligatoria la trasmissione della copia del bonifico entro il giorno successivo alla data di iscrizione e comunque non oltre i 4 giorni successivi alla scadenza fissata.

Di seguito le indicazioni per effettuare il bonifico: c/c intestato a Federazione Italiana Nuoto **IBAN IT16D 01005 03309 0000 0000 0706** ; nella causale dovrà essere indicato il codice amministrativo della Società e la sigla della gara di riferimento.

NUOTO

ATTIVITA' ESORDIENTI "A"

Nella stagione 2013/2014 l'attività regionale della categoria esordienti A è organizzata secondo un calendario di 8 appuntamenti, di cui 5 del circuito ES A, 2 campionati regionali (invernale ed estivo), 1 prova per il campionato a squadre:

- **5 prove del Circuito ES A, di cui 4 composte da una parte e una suddivisa in due parti e distribuite in concentramenti Nord e Sud**
- **1 Campionato Regionale Invernale con qualificazioni e finali**
- **1 Campionato Regionale a Squadre Esordienti A**
- **1 Campionato Regionale Estivo con qualificazioni e finali**

REGOLAMENTO CIRCUITO ES A

Durante l'intera stagione 2013/2014, il Comitato Regionale Sardo organizzerà n. 5 prove denominate circuito ES A, in cui verranno disputate le distanze di gara sui 100 – 200 – 400 Stile 100-200 Dorso – 100 - 200 Rana – 100 -200 Delfino – 100-200 400 Misti.

Nei programmi gara sono state inserite le staffette 8x50 per stile, tali gare pur non essendo inserite nei regolamenti federali vengono prese in considerazione in via sperimentale e regolamentate all'interno del circuito regionale. Nei programmi gara saranno indicate con la dicitura "mista 4+4", infatti le stesse dovranno essere composte da 4 atleti del settore femminile e 4 atleti del settore maschile , l'ordine di partenza dei frazionisti non è vincolato.

Vista la necessità di regolamentazione si stabilisce che per quanto riguarda gli stili Rana, Farfalla, Stile libero e la prima frazione Dorso, la partenza e lo svolgimento della gara dovrà rispettare le regole di nuotata stabilite dai regolamenti nazionale e FINA. Nelle frazioni interne del dorso la partenza dovrà avvenire dal blocco (a partire quindi dal 2° frazionista); al concorrente sarà consentito stare in completa immersione e nuotare in posizione prona (la posizione delle braccia è indifferente) per una distanza non superiore ai 15mt; prima di emergere, per effettuare la prima bracciata, il concorrente dovrà riportarsi in posizione dorso (supina)



POSIZIONE PRONA



POSIZIONE SUPINA

CLASSIFICA:

Verrà attribuito un punteggio dalla 1° alla 30° Posizione per ogni singola gara.

Sarà attribuito un Bonus Aggiuntivo agli atleti che si saranno classificati nelle prime 5/10/15 o 20° posizioni in tutti gli stili nella loro migliore distanza.

Sono incluse nel circuito le 5 Prove ES A + Campionato a Squadre + Qualificazione e Finale campionato regionale invernale ES A.

In ognuna delle prime 4 prove del circuito saranno disputate delle staffette che insieme ai punteggi individuali di ogni singolo atleta determineranno una classifica a squadre.

PUNTEGGI SINGOLI PER GARA

POS.	PUNTI
1°	350
2°	310
3°	280
4°	270
5°	260
6°	250
7°	240
8°	230
9°	220
10°	210

POS.	PUNTI
11°	200
12°	190
13°	180
14°	170
15°	160
16°	150
17°	140
18°	130
19°	120
20°	110

POS.	PUNTI
21°	100
22°	90
23°	80
24°	70
25°	60
26°	50
27°	40
28°	30
29°	20
30°	10

PUNTEGGI BONUS

DAL 1° AL 5°	1000 PUNTI
DAL 6° AL 10°	700 PUNTI
DAL 11° AL 15°	400 PUNTI
DAL 16° AL 20°	200 PUNTI

ESEMPIO PUNTEGGI

MARIO ROSSI

GARA	POSIZ.	GARA	POSIZ.	GARA	POSIZ.	GARA	POSIZ.	GARA	POSIZ.
100SL	3	100DO	5	100RA	8	100DF	2	100MISTI	32
200SL	8	200DO	9	200RA	12	200DF	4	200MISTI	8
400SL	13							400MISTI	12

L ATLETA PRENDE PUNTI IN TUTTE LE GARE TRANNE NEI
100MISTI

LA SOMMA DEI PUNTI E PARI A

X

ALLA SOMMA X VA AGGIUNTO IL BONUS TRA IL 6° E IL 10°
700PT.



PUNTEGGI STAFFETTE

POS.	PUNTI	POS.	PUNTI
1°	2500	11°	1000
2°	2200	12°	900
3°	1900	13°	800
4°	1700	14°	700
5°	1600	15°	600
6°	1500	16°	500
7°	1400	17°	400
8°	1300	18°	300
9°	1200	19°	200
10°	1100	20°	100

Il punteggio delle staffette verrà attribuito ad ogni tappa del circuito per società

1° PROVA ES A (1PEA)

10 Novembre 2013

H:10.30

SASSARI

LU FANGAZZU

10 Novembre 2013

H:09.30

CAGLIARI

TERRAMAINI

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2013/2014.

Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti; ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 3 gare, e un massimo di 2 staffette secondo il seguente programma:

PARTE UNICA		
100	Stilelibero	f/m
200	Dorso	f/m
100	Misti	f/m
50	Stilelibero	f/m
100	Farfalla	f/m
100	Rana	f/m
50	Dorso	f/m
8x50	Stilelibero	Mista 4+4

Le gare saranno disputate a **SERIE**.

CRONOMETRAGGIO MANUALE

Le iscrizioni scadranno improrogabilmente entro il **4/11/13**

Tasse gara : € 4.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 7.00 per ogni staffetta.

Il versamento delle tasse gara dovrà essere effettuato alla scadenza fissata per le iscrizioni, sulla base del conteggio proposto dalle procedure di iscrizione on-line, verificato con la segreteria; copia del bonifico dovrà essere inviata al numero 0707736090, unitamente alla specifica .

2° PROVA ESORDIENTI A(2PEA)

01 DICEMBRE 2013

H:10.30

NUORO

01 DICEMBRE 2013

H:09.30

CAGLIARI TERRAMAINI

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la stagione agonistica 2013/2014.

Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti, ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 3 gare e un massimo di 2 staffette secondo il seguente programma:

PARTE UNICA		
200	Rana	f/m
200	Misti	f/m
400	Stilelibero	f/m
100	Dorso	f/m
200	Farfalla	f/m
50	Rana	f/m
200	StileLibero	f/m
8x50	Farfalla	Mista 4+4

Le gare saranno disputate a SERIE.

Le iscrizioni scadranno improrogabilmente entro il **18/11/13**

Tasse gara : € 4.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 7.00 per ogni staffetta.

Il versamento delle tasse gara dovrà essere effettuato alla scadenza fissata per le iscrizioni, sulla base del conteggio proposto dalle procedure di iscrizione on-line, verificato con la segreteria; copia del bonifico dovrà essere inviata al numero 0707736090, unitamente alla specifica .

CAMPIONATO A SQUADRE ESORDIENTI "A" (CSQEA)

15 Dicembre 2013 H: 10.30

CAGLIARI TERRAMAINI

Parteciperanno di diritto a confronto diretto, nella prima serie, le prime 6/8 squadre della stagione 2012/2013. Le altre squadre iscritte gareggeranno nella seconda serie.

Per il settore maschile:		Per il settore femminile:	
<u>1</u> ESPERIA	3797	<u>1</u> GREEN ALGHERO	4293
<u>2</u> SPORT ER	3780	<u>2</u> PROMOGEST	4240
<u>3</u> ATLANTIDE	3260	<u>3</u> ATLANTIDE	4234
<u>4</u> PROMOGEST	3056	<u>4</u> SPORT FULL TIME	4212
<u>5</u> SPORT FULL TIME	3031	<u>5</u> ESPERIA	3599
<u>6</u> RN ACQUATICA	2944	<u>6</u> SPORT ER	3463
<u>7</u> RN CAGLIARI	2922	<u>7</u> RN ACQUATICA	3246
<u>8</u> PROMOSPORT	2498	<u>8</u> WATERLAND	3090

Ogni Società potrà iscrivere 1 squadra per ciascun settore (maschile e femminile). E' possibile presentare iscrizioni per un solo settore, ogni atleta potrà essere iscritto ad un massimo di 3 gare più le staffette. La manifestazione si svolgerà in un turno gara/ due turni mattina e sera, secondo il al seguente programma:

PARTE PRIMA	PARTE SECONDA
100 FARFALLA M	100 FARFALLA F
50 FARFALLA F	50 FARFALLA M
100 RANA M	100 RANA F
50 RANA F	50 RANA M
100 STILE LIBERO M	100 STILE LIBERO F
50 STILE LIBERO F	50 STILE LIBERO M
100 DORSO M	100 DORSO F
50 DORSO F	50 DORSO M
400 STILE LIBERO M	400 STILE LIBERO F
200 MISTI F	200 MISTI M
4X50 STILE LIBERO M	4X50 STILE LIBERO F
4X50 MISTI F	4X50 MISTI M

Le gare si svolgeranno secondo la rotazione delle corsie

CRONOMETRAGGIO MANUALE

Ogni Società presenterà un concorrente per ogni gara individuale ed una squadra per ogni gara a staffetta. Le squadre sono composte da atleti appartenenti alla categoria Esordienti A. Ogni società, a prescindere dal numero delle sue squadre iscritte, può inserire al massimo 2 atleti appartenenti alla categoria Esordienti B, uno per il settore maschile e uno per quello femminile; gli stessi potranno coprire le distanze dei 50, 100 mt. Il numero massimo di atleti partecipanti in ciascuna squadra è di 12 per ogni settore.

Non potranno essere ammesse a partecipare squadre la cui formazione non copra almeno i $3/4$ delle gare in programma, sia nel settore maschile che femminile.

Le Società dovranno comunicare a mezzo mail o fax l'adesione alla manifestazione, corredata della tassa di **€ 48,00** per squadra e settore, entro il giorno **02/12/13 al fine di stabilire la sede e il numero di turni gara e concentramenti.**

I nominativi dei partecipanti alla squadra dovranno essere inseriti sul programma on line a cura delle Società entro il giorno **08/12/13.**

Entro 1 ora prima dell'inizio della manifestazione le Società potranno cambiare l'intera composizione della squadra, trascorso questo termini le modifiche consentite, indifferentemente se per " spostamento" o "sostituzione", saranno ricondotte ad un massimo di **due presenze – gara individuali** per ciascun settore.

I nominativi dei componenti le staffette dovranno essere consegnati al tavolo della giuria prima del termine della gara dei 400 stile libero maschili o femminili in base alla parte del programma in fase di svolgimento.

Le corsie ruoteranno dopo ogni gara del settore. L'assegnazione delle corsie per ogni gara avverrà mediante sorteggio, da effettuarsi 1 ora prima dell'inizio della manifestazione a cura del Giudice Arbitro della manifestazione. Il Comitato stilerà classifiche regionali separate per settore, in base alle tabelle di punteggio F.I.N.A. in vigore, attribuendo a ciascuna Società la somma di tutti i punteggi tabellari conseguiti dai propri atleti e dalle proprie staffette. Non sarà attribuito nessun punteggio a chi totalizzerà meno di 200 pt. Verrà stilata una classifica per ciascun settore e premiata la prima Società classificata per ciascun settore.

Qualora il numero delle squadre iscritte non consentisse lo svolgimento della manifestazione in sede unica, Il Comitato potrà organizzare due o più concentramenti, facendo in modo che le squadre migliori siano a confronto diretto.

3° PROVA ESORDIENTI A(3PEA)

26 gennaio 2014 H:10.30 LU FANGAZZU SASSARI

26 gennaio 2014 H:09.30 CAGLIARI TERRAMAINI

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2013/2014.

Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti; ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 3 gare, e un massimo di 2 staffette secondo il seguente programma:

PARTE UNICA		
200	Misti	f/m
100	Rana	f/m
100	Farfalla	f/m
200	Stilelibero	f/m
100	Dorso	f/m
400	Misti	f/m
50	Dorso	f/m
8x50	Rana	Mista 4+4

Le gare saranno disputate a **SERIE**.

CRONOMETRAGGIO MANUALE

Le iscrizioni scadranno prorogabilmente entro il **13/1/13**

Tasse gara : € 4.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 7.00 per ogni staffetta.

Il versamento delle tasse gara dovrà essere effettuato alla scadenza fissata per le iscrizioni, sulla base del conteggio proposto dalle procedure di iscrizione on-line, verificato con la segreteria; copia del bonifico dovrà essere inviata al numero 0707736090, unitamente alla specifica .

QUALIFICAZIONI CAMPIONATO REGIONALE INVERNALE ES. "A" (CRIEA)

08	FEBBRAIO	2013	H: 18.30	LU FANGAZZU	SASSARI
09	FEBBRAIO	2013	H: 10.30	LU FANGAZZU	SASSARI
09	FEBBRAIO	2013	H: 16.30	LU FANGAZZU	SASSARI
08	FEBBRAIO	2014	H: 18.00	CAGLIARI	TERRAMAINI
09	FEBBRAIO	2014	H: 09.30	CAGLIARI	TERRAMAINI
09	FEBBRAIO	2014	H: 16.00	CAGLIARI	TERRAMAINI

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A, regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2013/14. Ogni Società potrà iscrivere al massimo 2 staffette per settore, ogni atleta può partecipare ad un massimo di **5 gare più le staffette** secondo il seguente programma:

PRIMA PARTE	SECONDA PARTE	TERZA PARTE
200 FARFALLA F/M	100 MISTI F/M	100 STILE LIBERO F/M
100 DORSO F/M	100 RANA F/M	200 MISTI F/M
200 RANA F/M	200 DORSO F/M	800 STILE LIBERO F
200 STILE LIBERO F/M	100 FARFALLA F/M	1500 STILE LIBERO M
400 MISTI F/M	400 STILE LIBERO F/M	4X100 STILE LIBERO Solo in finale
	4x100 MISTI F/M solo in finale	

Le gare saranno disputate a SERIE.

CRONOMETRAGGIO MANUALE

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. Per quanto riguarda premiazioni e punteggi la gara sarà assimilata a Finale A e Finale B, come riportato nelle Norme Generali.

Le staffette accederanno direttamente alla finale

Le iscrizioni scadranno improrogabilmente entro il **27/01/14**

Tasse gara : € 8.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 8.00 per ogni staffetta.

Il versamento delle tasse gara dovrà essere effettuato alla scadenza fissata per le iscrizioni, sulla base del conteggio proposto dalle procedure di iscrizione on-line, verificato con la segreteria; copia del bonifico dovrà essere inviata al numero 0707736090, unitamente alla specifica .

FINALI CAMPIONATO REGIONALE INVERNALE ES. "A"

CONCENTRAMENTO UNICO

01 MARZO 2014 H:17.00 CAGLIARI TERRAMAINI

02 MARZO 2014 H: 09.30/16.00 CAGLIARI TERRAMAINI

Accedono alla 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 .

PRIMA PARTE	SECONDA PARTE	TERZA PARTE
200 FARFALLA F/M	100 MISTI F/M	100 STILE LIBERO F/M
100 DORSO F/M	100 RA F/M	200 MISTI F/M
200 RANA F/M	200 DORSO F/M	800 STILE LIBERO F
200 STILE LIBERO F/M	100 FARFALLA F/M	1500 STILE LIBERO M
400 MISTI F/M	400 STILE LIBERO F/M	4X100 STILE LIBERO
	4x100 MISTI F/M	

Le staffette accederanno direttamente alla finale e gareggeranno a SERIE

Per quanto riguarda premiazioni e punteggi la gara sarà assimilata a Finale A e Finale B, come riportato nelle Norme Generali.

Verrà stilata una classifica per Società e saranno premiati, nelle gare individuali i primi 3 atleti classificati nella sola 1° serie e le prime 3 staffette classificate; inoltre, saranno premiate le prime 3 Società classificate in assoluto.

Saranno premiate le prime 3 Società classificate, in base alla somma dei punti ottenuti nei due settori.

CRONOMETRAGGIO MANUALE

4°PROVA ESORDIENTI A (4PEA)

13 APRILE 2014 H: 10.30 NUORO COMUNALE

13 APRILE 2014 H: 09.30 CAGLIARI TERRAMAINI

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la stagione agonistica 2013/2014.

Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti, ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 3 gare, e un massimo di 2 staffette secondo il seguente programma:

PARTE UNICA		
400	Stilelibero	m/f
200	Dorso	m/f
100	Misti	m/f
200	Rana	m/f
100	Stilelibero	m/f
200	Farfalla	m/f
50	Rana	m/f
8x50	Dorso	Mista 4+4

Le gare saranno disputate a SERIE.

CRONOMETRAGGIO MANUALE.

Le iscrizioni scadranno improrogabilmente entro il **31/03/14**

Tasse gara : € 4.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 7.00 per ogni staffetta.

Il versamento delle tasse gara dovrà essere effettuato alla scadenza fissata per le iscrizioni, sulla base del conteggio proposto dalle procedure di iscrizione on-line, verificato con la segreteria; copia del bonifico dovrà essere inviata al numero 0707736090, unitamente alla specifica .

5° PROVA ESORDIENTI A (5PEA)

18 MAGGIO 2014 H:10.30 H:16.30 SASSARI LU FANGAZZU

18 MAGGIO 2014 H:09.30 H:16.00 CAGLIARI TERRAMAINI

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2013/2014.

Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti; ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 4 gare, secondo il seguente programma:

PRIMA PARTE			SECONDA PARTE		
100	Stilelibero	m/f	400	Stilelibero	m/f
200	Rana	m/f	100	Misti	m/f
100	Dorso	m/f	100	Rana	m/f
200	Misti	m/f	200	Farfalla	m/f
200	Stilelibero	m/f	200	Dorso	m/f
100	Farfalla	m/f	400	Misti	m/f

Le gare saranno disputate a SERIE.

CRONOMETRAGGIO MANUALE

Le iscrizioni scadranno improrogabilmente entro il **05/05/14**

Tasse gara : € 4.00 atleta-gara per le gare individuali

Il versamento delle tasse gara dovrà essere effettuato alla scadenza fissata per le iscrizioni, sulla base del conteggio proposto dalle procedure di iscrizione on-line, verificato con la segreteria; copia del bonifico dovrà essere inviata al numero 0707736090, unitamente alla specifica .

QUALIFICAZIONI CAMPIONATO REGIONALE ESTIVO ES.A (CREEA)

21	GIUGNO	2013	H:17.00		CAGLIARI TERRAMAINI
22	GIUGNO	2013	H:09.30	H:16.00	CAGLIARI TERRAMAINI
21	GIUGNO	2013	H:18.30		SASSARI LU FANGAZZU
22	GIUGNO	2013	H:10.30	H:16.30	SASSARI LU FANGAZZU

Possono partecipare tutti gli atleti della categoria Esordienti A, regolarmente tesserati per la F.I.N. per la Stagione Agonistica 2013/2014.

Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti e solo 2 staffette, che disputeranno direttamente la finale. Ogni atleta può partecipare ad un massimo di 5 gare più le staffette secondo il seguente programma:

PRIMA PARTE	SECONDA PARTE	TERZA PARTE
200 MISTI M	200 MISTI F	400 MISTI F/M
100 FARFALLA F	100 FARFALLA M	800 STILE LIBERO F
200 STILE LIBERO M	200 STILE LIBERO F	1500 STILE LIBERO M
400 STILE LIBERO F	400 STILE LIBERO M	
100 DORSO M	100 DORSO F	
100 RANA F	100 RANA M	
200 FARFALLA M	200 FARFALLA F	
200 DORSO F	200 DORSO M	
200 RANA M	200 RANA F	
100 STILE LIBERO F	100 STILE LIBERO M	
	4X100 STILE LIBERO F	4X100 MISTI F
	4x100 MISTI M	4x100 STILE LIBERO M
	SOLO IN FINALE	SOLO IN FINALE

Le gare saranno disputate a SERIE.

CRONOMETRAGGIO MANUALE

Si qualificheranno per la fase finale i primi 16 atleti più 2 riserve.

Le staffette accedono direttamente alla fase finale e gareggeranno a serie.

Le iscrizioni scadranno improrogabilmente entro il **09/06/14**

Tasse gara : € 8.00 atleta-gara per le gare individuali ; € 8,00 per ogni staffetta.

Il versamento delle tasse gara dovrà essere effettuato alla scadenza fissata per le iscrizioni, sulla base del conteggio proposto dalle procedure di iscrizione on-line, verificato con la segreteria; copia del bonifico dovrà essere inviata al numero 0707736090, unitamente alla specifica .

FINALE CAMPIONATO REGIONALE ESTIVO ESORDIENTI A

VASCA DA 50 METRI

12 LUGLIO 2014 H:17.00 NUORO FARCANA

13 LUGLIO 2014 H:10.30/17.00 NUORO FARCANA

Accedono alla 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 .

PRIMA PARTE	SECONDA PARTE	TERZA PARTE
200 MISTI M	200 MISTI F	400 MISTI F/M
100 FARFALLA F	100 FARFALLA M	800 STILE LIBERO F
200 STILE LIBERO M	200 STILE LIBERO F	1500 STILE LIBERO M
400 STILE LIBERO F	400 STILE LIBERO M	4X100 MISTI F
100 DORSO M	100 DORSO F	4x100 STILE LIBERO M
100 RANA F	100 RANA M	
200 FARFALLA M	200 FARFALLA F	
200 DORSO F	200 DORSO M	
200 RANA M	200 RANA F	
100 STILE LIBERO F	100 STILE LIBERO M	
	4X100 STILE LIBERO F	
	4x100 MISTI M	

Le gare si svolgeranno a SERIE

CRONOMETRAGGIO MANUALE

Le staffette accederanno direttamente alla finale e gareggeranno a SERIE

Per quanto riguarda premiazioni e punteggi la gara sarà assimilata a Finale A e Finale B, come riportato nelle Norme Generali.

Verrà stilata una classifica per Società e saranno premiati, nelle gare individuali i primi 3 atleti classificati nella sola 1° serie e le prime 3 staffette classificate; inoltre, saranno premiate le prime 3 Società classificate in assoluto.

Saranno premiate le prime 3 Società classificate, in base alla somma dei punti ottenuti nei due settori.