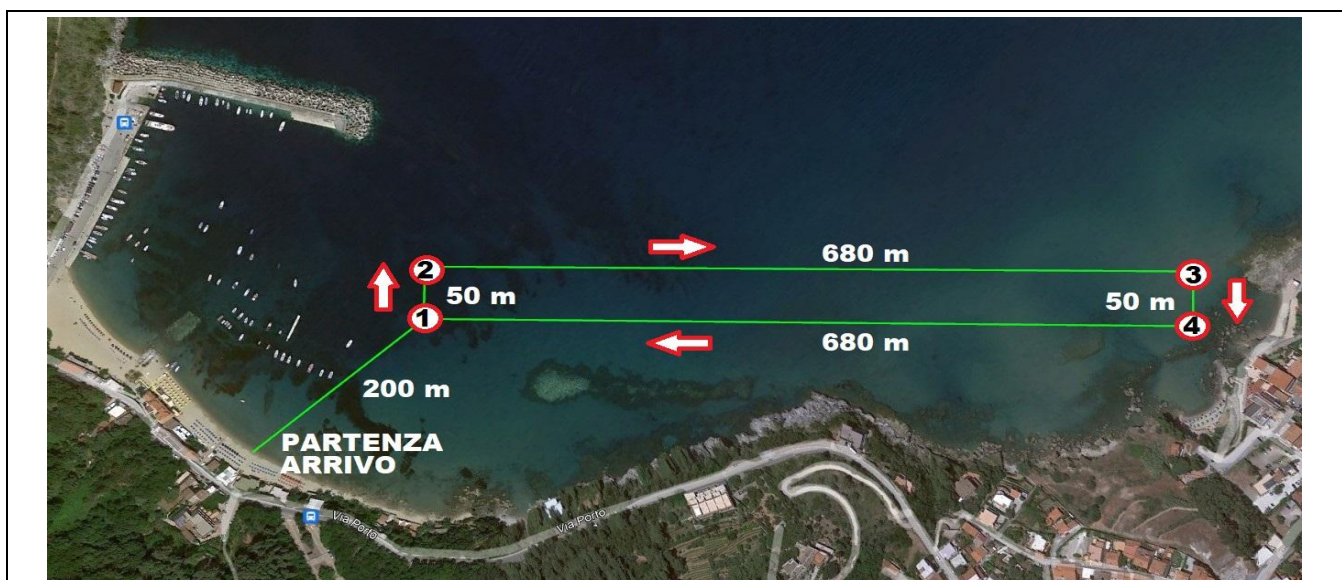


**GARA NUOTO IN ACQUE LIBERE VALIDA PER CIRCUITO
ITALIANO FIN 2024 - MEZZOFONDO SPRINT MIGLIO
sabato 21 settembre 2024**

Località & organizzazione

- La Nuotata del Nocchiero Palinuro – MIGLIO
- Organizzazione : ASD Peppe Lamberti Nuoto Club
- Località : Comune di Centola (SA) – Fraz. Palinuro
- Data : sabato 21 settembre 2024
- Responsabile : Giorgio Lamberti

Programma e percorso



- ✓ Partenza e arrivo spiaggia zona Porto – Percorso a circuito (1 giro) che costeggia la terra ferma ad una distanza variabile da 50 / 150 m – Segnalazione percorso con n.4 boe – Ultimi 100 m con percorso a imbuto segnalato da corsie e arrivo sotto tabellone fisso;
- ✓ percorsi alternativi in caso di maltempo: circuito antistante la zona Porto.

Tabella oraria

- | | |
|---------------------------------|------------|
| • ritrovo spiaggia libera Porto | ore: 13,00 |
| • riunione tecnica | ore: 14,30 |
| • partenza gara AGONISTI | ore: 15,00 |
| • partenza gara MASTER | ore: 15,15 |
| • premiazioni | ore: 17,00 |

Regolamento

- Sono ammessi alla competizione gli atleti **tesserati F.I.N. - settore FONDO**, per l'anno agonistico in corso, delle categorie **AGONISTI** (Esordienti A, Ragazzi, Juniores, Cadetti Seniores) e **MASTER**;
- Come da **Regolamento Nuoto in Acque Libere MASTER 2023/2024**: *Al fine di accrescere il livello di sicurezza, in tutte le manifestazioni master gli atleti dovranno indossare una boa per il nuoto in acque libere preferibilmente di colore rosso, giallo o arancione. La boa dovrà essere di dimensioni non superiori a 60x30x25 cm e non inferiori a 40x30x20 cm, priva di scomparto porta oggetti, ancorata alla vita con una cinghia di lunghezza non superiore a 50 cm;*
- Come da regolamento FIN con temperatura dell'acqua uguale o superiore a 20°C è obbligatorio l'uso del costume, con temperatura dell'acqua compresa tra i 18 ed i 19,9°C, è facoltà del concorrente utilizzare il costume o la muta, con temperatura dell'acqua compresa tra i 16 ed i 17,9°C, l'uso della muta è obbligatorio.
- Ogni atleta dovrà presentare ai giudici il tesserino FIN, valido per la stagione sportiva in corso, con l'indicazione della disciplina FONDO;
- Ad ogni atleta verrà assegnato il numero di partecipazione che dovrà essere chiaramente evidenziato su braccia, mani e schiena;
- Tempo massimo degli arrivi: come da regolamento F.I.N.;
- Sono previste n.2 partenze: partenza atleti Agonisti - partenza atleti Master;
- In caso di non svolgimento della gara per condizioni climatiche avverse, l'evento sarà rimandato a data da destinarsi;
- Al termine della gara saranno redatte ai fini delle premiazioni, classifiche assolute e per categorie;
- L'organizzazione declina qualsiasi responsabilità per danni o infortuni verificatosi prima, durante e dopo la gara ad atleti e/o terzi e si riserva di variare ogni clausola del presente regolamento che si ritenga indispensabile per la migliore riuscita della gara o per cause di forza maggiore;
- Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda a quello della Federazione Italiana Nuoto.

Emergenza sanitaria – Protocollo anti-Covid19

I Dirigenti, Tecnici ed atleti sono tenuti al pieno rispetto delle "Misure di Sicurezza da adottare per le competizioni sportive in vigore il giorno della gara, delle modalità organizzative delle manifestazioni agonistiche emanate dalla FIN, nonché delle prescrizioni delle autorità competenti volte alla riduzione del rischio di contagio da COVID-19.

Iscrizioni

- Le iscrizioni devono pervenire entro e non oltre il 18 settembre 2024;
- Le iscrizioni alla gara degli **atleti F.I.N.** devono essere effettuate dal responsabile società con sistema online attraverso la piattaforma nazionale <https://portale.federnuoto.it> accedendo con le rispettive credenziali di società e formalizzando le iscrizioni nella sezione GARE FONDO – EVENTI;
- Saranno accettate iscrizioni per n. 100 agonisti e n.150 master;
- La quota di iscrizione è di € 20,00.
- Pagamento tramite bonifico bancario intestato a: **ASD Peppe Lamberti Nuoto Club**
IBAN IT86 R054 2415 2010 0000 0000 546

Causale: Nuotata del Nocchiero 2024 – Iscrizione n. _____ atleti Società _____

Informazioni

- Per ulteriori informazioni contattare
GIORGIO LAMBERTI 3357232731 - info@plnc.it

Info logistiche

Come arrivare

Autovettura:

Strada Statale 18 Variante Cilentana – Uscita Poderia; seguire indicazioni per Palinuro e poi per zona Porto.

Treno:

Stazione di Pisciotta – Palinuro; autobus di linea per Palinuro

Pernottamento e ristorazione

- Per strutture convenzionate contattare:
PRO LOCO DI PALINURO 349 7578612

Parcheggio

Zona Porto - Publiparking

Spiaggia

- Per strutture convenzionate contattare:
LIDO FILO BEACH
LIDO DA ALESSANDRO
LIDO PESCARI'
LIDO ALBA
LIDO DA POLDO

Classifiche & Premiazioni

Orario e luogo: la premiazione si svolgerà alle ore 17,00 Spiaggia libera

Verranno premiati:

- i primi tre classificati Assoluti AGONISTI Maschi / Femmine, *con medaglie*;
- i primi tre classificati Assoluti MASTER Maschi / Femmine, *con medaglie*;
- i primi tre classificati maschile e femminile di ogni categoria Agonisti e Master, con medaglie;
- tutti gli atleti partecipanti con gadget di prodotti tipici locali.