

CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO

SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA
VIALE RIMEMBRANZE
SABATO - 26 SETTEMBRE 2026



CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO



7° Campionato Regionale Open di Mezzofondo

Manifestazione di Nuoto in Acque Libere in programma il giorno 26 Settembre a Sestri Levante nello spazio acqueo antistante lo stabilimento Bagni Liguria

la Manifestazione è aperta a tutti i tesserati fondo FIN agonisti della categoria Esordienti A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores che gareggeranno nelle seguenti distanze:

- 3000 metri ragazzi, Juniores, cadetti, seniores
- 1500 metri Esordienti A
- Knockout Esordienti
- knockout Sprint Reverse Assoluta M e F

L'iscrizione è riservata agli Esordienti A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores tesserati settore Nuoto di Fondo per la stagione 2025/2026

Iscrizioni sul portale FIN effettuabili entro il 20 Settembre 2026 sul sito della Federazione <http://portale.federnuoto.it>.

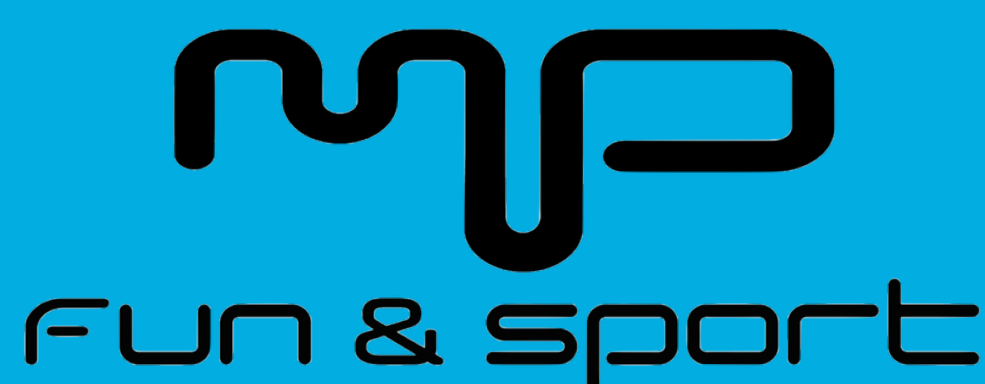
Il costo è di 15,00 € a gara

PREMIAZIONI

I primi 3 classificati per anno di nascita nelle categorie Esordienti e Ragazzi, i primi 3 classificati nelle categorie Juniores, Cadetti, Seniores

Primi 3 classificati assoluti nella Knockout sprint

**SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA
26 SETTEMBRE 2026**



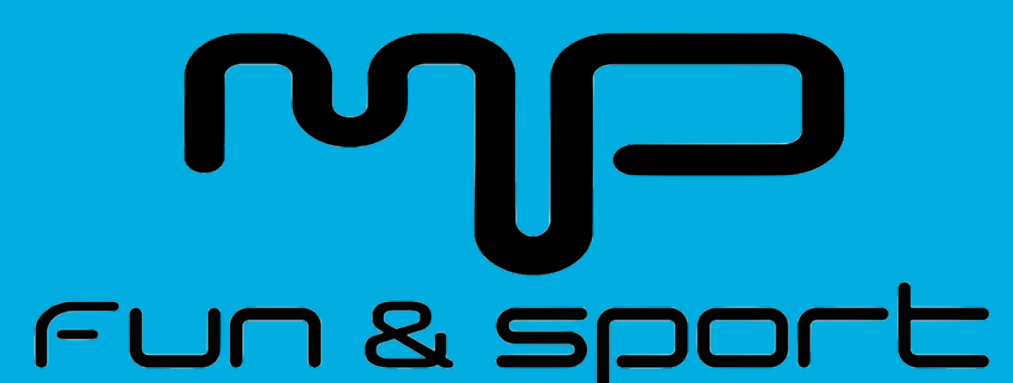
CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO



PROGRAMMA GENERALE

- Ore 08.30 Ritrovo e punzonatura categorie R-J-C-S**
- Ore 09.45 Riunione tecnica**
- Ore 10.00 Partenza 3000 metri**
- Ore 10.30 Ritrovo e punzonatura Esordienti**
- Ore 11.00 Riunione tecnica**
- Ore 11.15 Premiazione 3000 metri**
- Ore 11.30 Partenza 1500 metri esordienti**
- Ore 12.30 Premiazione 1500 metri a seguire
premiiazione Liguria open water Serie - Academy**
- Ore 13.30 Punzonatura Knockout**
- Ore 14.00 Riunione tecnica Esordienti**
- Ore 14.15 partenza Knockout esordienti femmine**
- Ore 15.00 partenza knockout esordienti maschi**
- Ore 15.45 Riunione Tecnica Knockout -REVERSE**
- Ore 16.00 Partenza Knockout Reverse femminile**
- Ore 17.00 partenza Knockout Reverse maschile**
- Ore 18.00 Premiazione a seguire rinfresco**

**SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA
26 SETTEMBRE 2026**



CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO



3000 metri

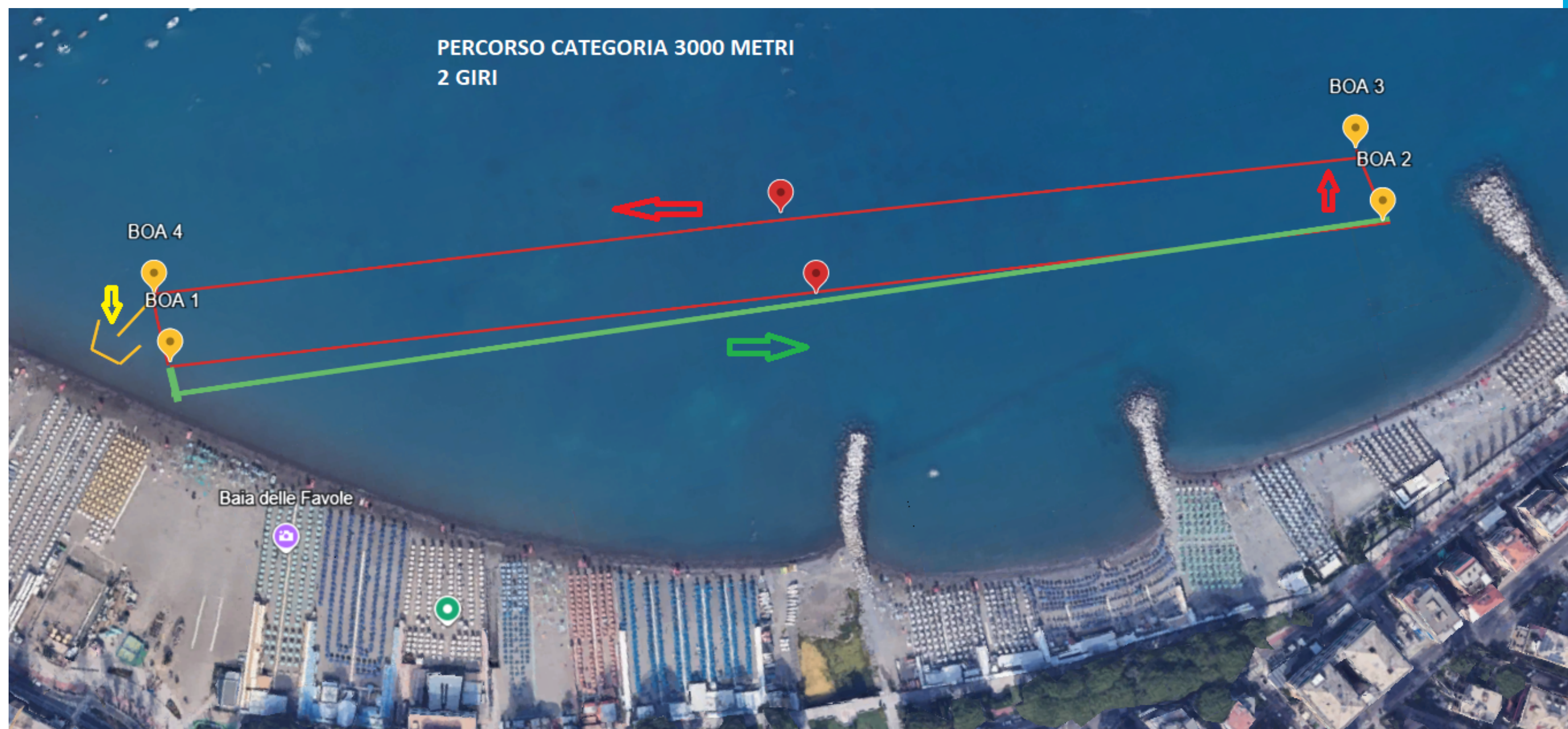
Ore 08.30 Ritrovo e punzonatura categorie R-J-C-S

Ore 09.45 Riunione tecnica

Ore 10.00 Partenza 3000 metri

Ore 11.15 Premiazione 3000 metri

**LE PARTENZE POTRANNO ESSERE PIU' DI UNA, IN BASE AL
NUMERO DI PARTECIPANTI**



**SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA
26 SETTEMBRE 2026**

mp
Fun & sport

CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO



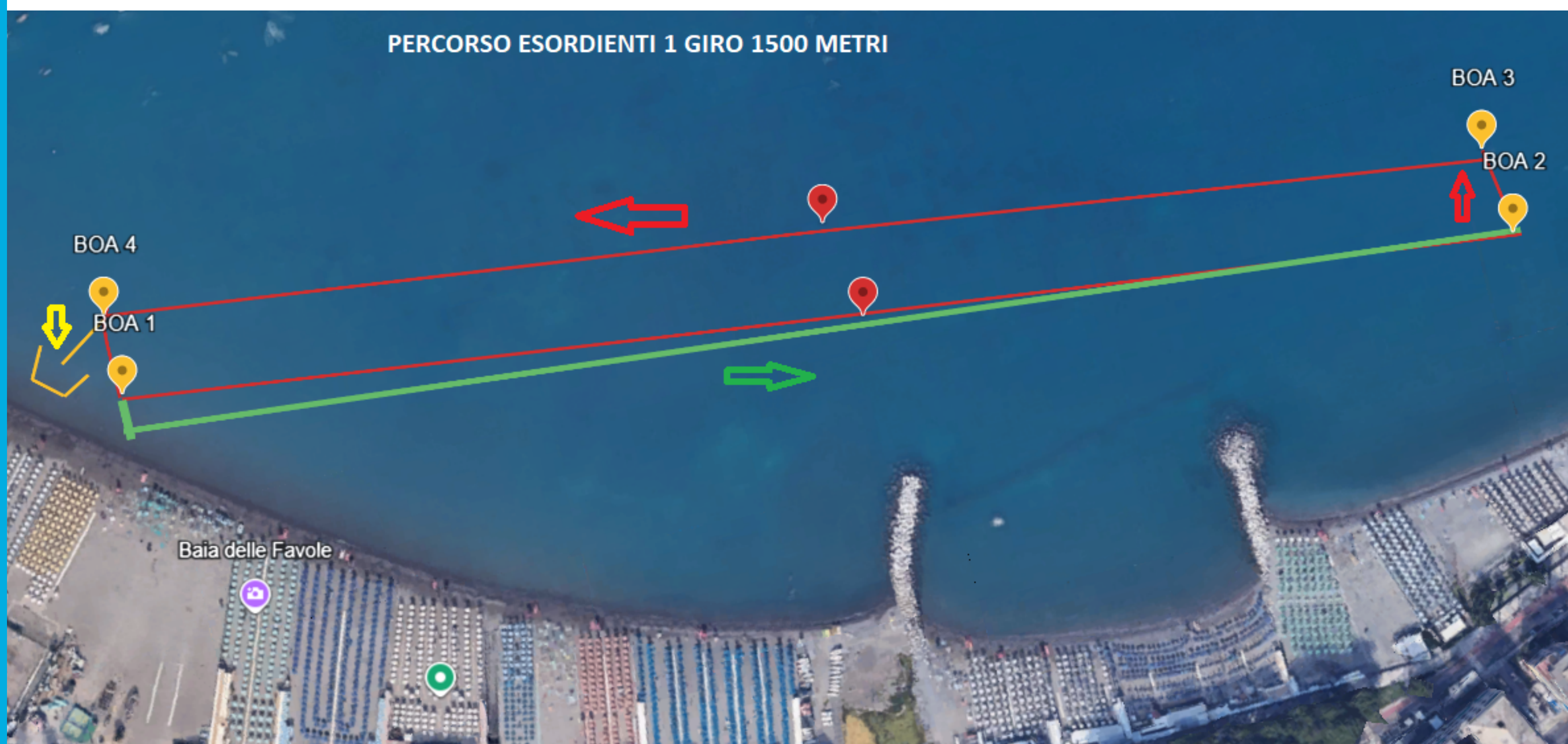
1500 metri Esordienti A

Ore 10.30 Ritrovo e punzonatura Esordienti

Ore 11.00 Riunione tecnica

Ore 11.30 Partenza 1500 metri

Ore 12.30 Premiazione 1500 metri



SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA
26 SETTEMBRE 2026



CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO



Knockout Esordienti A

Ore 13.30 Punzonatura

Ore 14.00 Riunione tecnica

Ore 14.15 Partenza femmine

Ore 15.00 Partenza maschi

a seguire Premiazione

**SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA**
26 SETTEMBRE 2026



CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO



Knockout Sprint-reverse

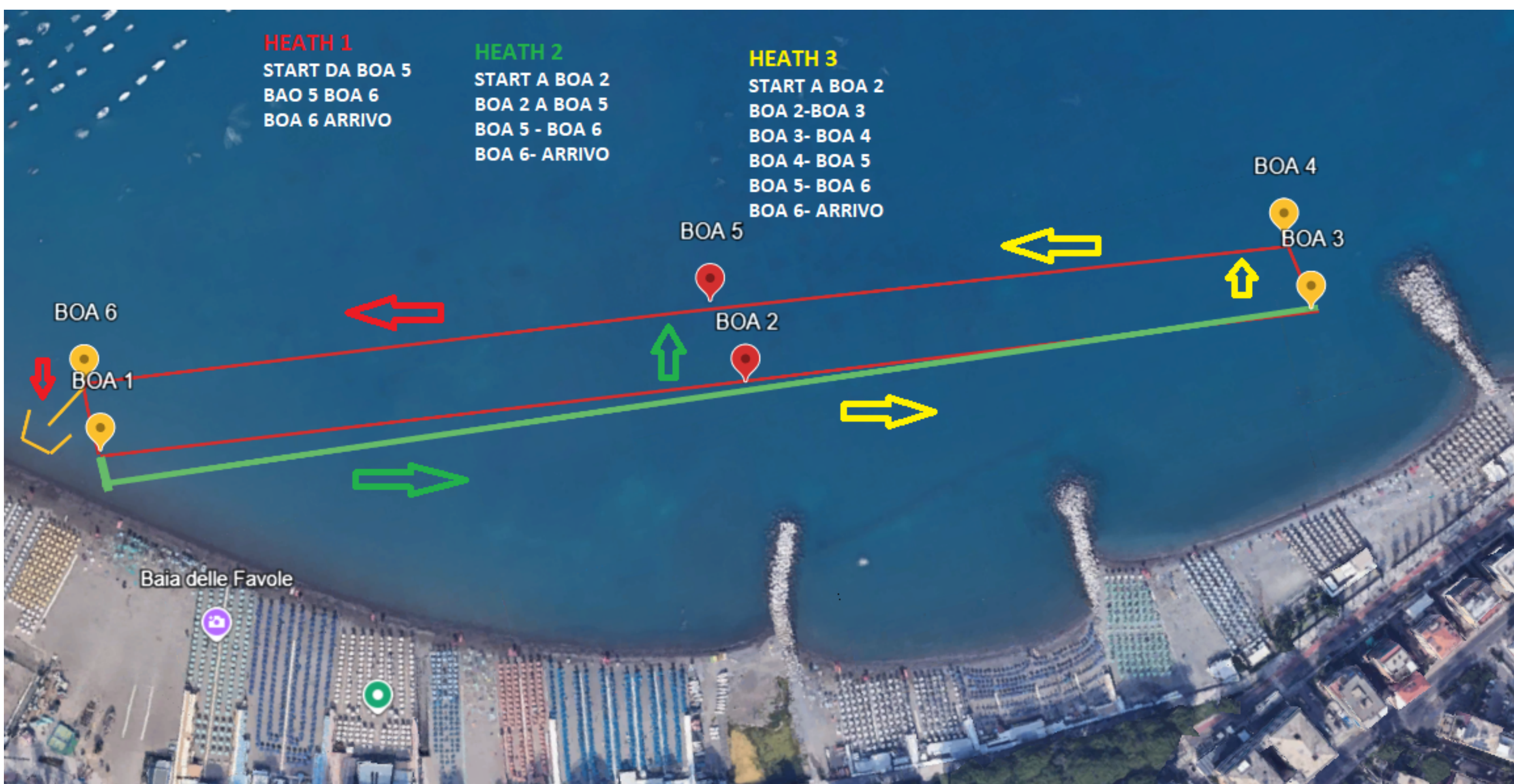
Ore 14.00 Punzonatura

Ore 15.45 Riunione tecnica

Ore 16 00 Partenza maschile

Ore 17 00 Partenza femminile

a seguire Premiazione



SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA
26 SETTEMBRE 2026



CAMPIONATO REGIONALE OPEN MEZZOFONDO



Regolamento Knockout esordienti

La competizione si svolge in 3 round ad eliminazione diretta con distanze progressive piu corte:

- 1° Round 400 metri. 5 min recupero
- 2° Round 300 metri. 5 min recupero
- 3° Round 200 metri.

distanza totale 900 metri

in base al numero di iscritti ,alla riunione tecnica si comunichera' il numero di atleti che avanzeranno al Round successivo

Regolamento Knockout-REVERSE

La competizione si svolge in 3 round ad eliminazione diretta con distanze progressive piu lunghe:

- 1° Round 500 metri. 10 min recupero
- 2° Round 1000 metri. 10 min recupero
- 3° Round 1500 metri.

distanza totale 3000 metri

in base al numero di iscritti ,alla riunione tecnica si comunichera' il numero di atleti che avanzeranno al Round successivo

SESTRI LEVANTE
BAGNI LIGURIA
26 SETTEMBRE 2026

