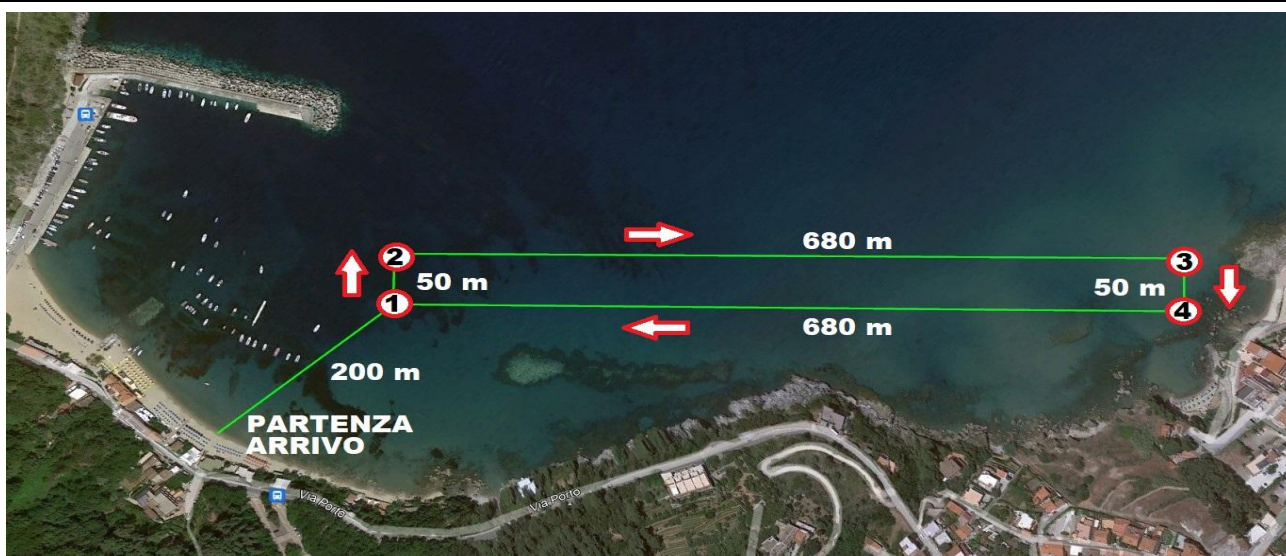


GARA NUOTO IN ACQUE LIBERE VALIDA PER CIRCUITO ITALIANO FIN 2026
MEZZOFONDO SPRINT (MIGLIO) - Sabato 19 settembre 2026

Località & organizzazione

- **La Nuotata del Nocchiero Palinuro – MIGLIO**
- **Organizzazione** : ASD Peppe Lamberti Nuoto Club
- **Località** : Comune di Centola (SA) – Fraz. Palinuro
- **Data** : sabato 19 settembre 2026
- **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: 10,30
- riunione tecnica ore: 11,15
- partenza gara AGONISTI ore: 11,30
- partenza gara MASTER ore: 11,45
- premiazioni ore: 13,00

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**;
- 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;

- Come da Regolamento FIN Nuoto in Acque Libere MASTER 2024/2025, gli atleti master dovranno indossare una boa per il nuoto in acque libere preferibilmente di colore rosso, giallo o arancione 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;
- I costumi di gara per il nuoto in acque libere devono rispondere a quanto disposto dalla normativa della WORLD AQUATICS (cfr. Open Water Swimming Manual Edition e memorandum FINA 11.01.2017 e successivi annuali aggiornamenti);
- Come da regolamento FIN Nuoto in acque libere 2024/2025, 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 per gli agonisti mentre è vietata la partecipazione per i 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.

Iscrizioni

- Le iscrizioni devono pervenire entro e non oltre il 16 settembre 2026;
- 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: **Peppe Lamberti Nuoto Club**
IBAN: IT 13 H 08378 15201 000000364673 – BCC CAMPANIA CENTRO
Causale: Nuotata del Nocchiero 2026 – 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.

Parcheggio

Zona Porto – Publiparking

Pernottamento e ristorazione, stabilimenti balneari

Per strutture convenzionate contattare: Giorgio Lamberti 335 7232731 – info@plnc.it

Classifiche & Premiazioni

Orario e luogo: la premiazione si svolgerà alle ore 13,00 Spiaggia libera. Verranno premiati:

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