



PROVINCIA
DI COSENZA



CONI



CALABRIA



**20 - 21
GIUGNO 2026**

**GARA 1 MIGLIO | 3KM
CIRCUITO GRAN PRIX ITALIA 5KM**

Circuito FIN 500m | Esordienti B

Segreteria e Iscrizioni
tel. **366.5971818** | **info@spazioaqa.it**

DINO'S CHALLENGE

REGOLAMENTO TECNICO

Data: 20 giugno 2026 PRAIA A MARE (CS)

Distanza : 5 KM per la gara di fondo e Miglio per la gara di mezzo fondo sprint

Data: 21 giugno 2026 PRAIA A MARE (CS)

Distanza : Tre km per la gara di mezzo fondo

Localita' e Organizzazione

TROFEO "DINO'S CHALLENGE "

Organizzazione: ASD AQA in collaborazione con FIN CALABRIA

Località: Presso Lido spiaggia fiuzzi (CS)

Data: 20-21 Giugno 2026

Responsabile: Francesco manna

Programma

5 km

Sabato 20/06/2026

Ore 9:15 Riconoscimento e punzonatura atleti presso spiaggia punta fiuzzi

Ore 10:00 riunione tecnica in zona partenza/arrivo con delucidazioni sul percorso di gara e regolamento tecnico

Ore 10:30 Partenza

Ore 12:30 Arrivo previsto

Ore 13:00 premiazione.

MIGLIO

Sabato 20/06/2026

Ore 15 :00 Riconoscimento e punzonatura atleti presso spiaggia punta fiuzzi

Ore 15:45 riunione tecnica in zona partenza/arrivo con delucidazioni sul percorso di gara e regolamento tecnico

Ore 16:00 Partenza

Ore 17:00 Arrivo previsto

Ore 17:30 premiazione.

3 KM

Domenica 21/06/2026

Ore 15 :00 Riconoscimento e punzonatura atleti presso spiaggia punta fiuzzi

Ore 15:45 riunione tecnica in zona partenza/arrivo con delucidazioni sul percorso di gara e regolamento tecnico

Ore 16:00 Partenza

Ore 17:30 Arrivo previsto

Ore 18:00 premiazione .

Percorso MIGLIO MARINO

La partenza avverrà agonisti e master nella zona antistante spiaggia punta il percorso prevede un circuito con numero 4 boe 2 gialle direzionali e 2 rosse di virata con una distanza di circa 300/350 metri , il percorso sarà di senso antiorario con arrivo previsto con imbuto a circa 50 metri dall'arrivo .

Percorso 3 KM

La partenza avverrà agonisti e master nella zona antistante spiaggia punta fiuzzi il percorso prevede un circuito composto da numero 7 boe distanti tra loro circa 300 metri 5 di colore rosso e 2 di colore giallo che portano all'imbuto di arrivo .

Percorso 5 KM

La partenza avverrà agonisti e master nella zona antistante spiaggia punta fiuzzi , il percorso è composto da numero 10 boe di cui 4 direzionali e 6 di virata , si parte verso la boa numero 1 che porta alla prima boa di virata a seguire seconda boa di virata che porta verso la seconda boa direzionale che porterà a seguire il percorso di 2 boe direzionali gialle e 4 di virata che permetteranno all'atleta di fare il giro dell'isola fino ad arrivare all'imbuto di arrivo a circa 50 metri dall' arrivo che sarà nella parte opposta a spiaggia fiuzzi .

3 KM



MIGLIO



5 Km



Sono ammessi alla competizione gli atleti italiani tesserati F.I.N. (FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO) in possesso di certificato medico di idoneità all'attività sportiva agonistica in corso di validità e regolarmente iscritti per la stagione 2025-2026 alla federazione italiana nuoto .

Partecipanti max 300 tra agonisti e master per ogni gara

Cronometraggio a cura della Federazione Italiana Cronometristi.

Tempo massimo: come da regolamento F.I.N.

Per quanto non previsto espressamente nel presente regolamento deve farsi riferimento al regolamento FIN acque libere valido nell'anno in corso

Gli organizzatori come da regolamento si riservano il diritto a variare il percorso di gara, la distanza o eventualmente annullare la gara in caso di condizioni climatiche non favorevoli allo svolgimento in sicurezza dell' evento . Se ciò dovesse avvenire, in quanto causa di forza maggiore, non sarà previsto alcun rimborso della quota di partecipazione alla gara.

Iscrizioni

Termine iscrizioni 16 giugno 2026. Le iscrizioni si accetteranno solo online attraverso la piattaforma della FIN www.federnuoto.it

Tassa di iscrizione per la 5 km 30Euro

Tassa di iscrizione per il Miglio Marino 25 Euro

Tassa di iscrizione per la 3 km 25 euro

Per chi si iscrive a due gare il costo è di 45 Euro

La tassa di iscrizione non è rimborsabile e dovrà essere versata mezzo bonifico bancario intestato ASD AQA - iban: IT22S0200880882000010300552 Causale: (specificare società d'appartenenza e atleti partecipanti GARA DI NUOTO PRAIA A MARE)

Le iscrizioni saranno considerate valide solo dopo l'accredito del bonifico che dovrà avvenire necessariamente entro e non oltre il termine sopra stabilito e con presentazione il giorno della gara presso la segreteria di copia bonifico .

Classifiche e premi

- Classifica assoluta agonisti M/F
 - Classifica Assoluta Agonisti M/F
 - Classifica per Categoria e sesso Agonisti e Master
-
- Medaglia Agonisti M/F
 - Medaglia Master M/ F
 - Medaglia primi 3 assoluti Agonisti M/F e Master M/F

Premiazione Società

- Premiazione alle prime 3 società secondo classifica assoluta Agonisti e master

Assistenza

Nei pressi della Partenza/arrivo della manifestazione saranno presenti i seguenti servizi di assistenza:

Postazione segreteria ed info

Infermeria e pronto soccorso ambulanza

Rinfresco post-gara

Servizi igienici e docce presso lido

Spogliatoi presso lido

assistenti bagnanti

Come arrivare:

Aereo Lamezia Terme km 150

Treno Paola km 150



AQUATHLON DINO'S CHALLENGE

(CORSA - NUOTO - CORSA)

- 8.30 apertura segreteria e ritiro pacco
- 9.00 apertura zona cambio2
- 9.40 chiusura zona cambio2
- 10.00 imbarco isola di Dino
- 10.20 briefing tecnico
- 10.30 partenza AQUATHLON isola di Dino

A.S.D. Triathlon Motivation (cod. Affiliazione n°2332) in collaborazione dell'ASD AQA

Referente : Marco Carrozzino – Tel.3206252620 e Alessio Carrozzino – Tel.3289440037

Mail: triathlonmotivation@libero.it



L'Aquathlon dell'Isola di Dino è il primo evento di questa disciplina su distanza olimpica (2500m di corsa - 1000m di nuoto - 2500m di corsa) ad essere caratterizzata nell'aver la prima frazione di corsa un'isola mentre l'ultima frazione di corsa sulla terra ferma avendo così due zone cambio.



ASD AQA – VIA VETERANI DELLO SPORT – 87100 COSENZA
EMAIL: INFO@SPAZIOAQA.IT – INFO: 366 59 71 818
P.I. 03776770780 – C.F. 96036430799
FACEBOOK: AQA - COSENZA | INSTAGRAM: AQACOSENZA

