



Palermo li, 18/01/2024

Al **GUG Regionale**  
Alle **Società** interessate tramite il sito web  
Alla **Fed. It. Cronometristi - C.P. Ragusa**  
Alla **Direzione Piscina del Sole**  
Comiso (RG)

**Loro sedi**

Oggetto: **Campionati Regionali Primaverili di Fondo 2024**

Il Comitato Regionale indice e organizza la manifestazione in oggetto citata, che avrà svolgimento a **Comiso (RG)** presso la **Piscina del Sole** sita in Viale Europa (50mt – 8 corsie - Cronometraggio Manuale), il giorno **10 febbraio 2024** con inizio gare alle ore 10.00. L'orario potrà subire variazioni in base alle iscrizioni ricevute.

**REGOLAMENTO E AVVERTENZE**

Sono ammesse a partecipare le Categorie Ragazzi nella prova dei 3000 metri, le Categorie Juniores e Assoluti (Cadetti e Seniores) nella prova dei 5000 metri, con tesseramento valido per il Fondo. La gara è valida per l'inserimento nelle graduatorie nazionali per i Campionati Italiani di Categoria di Fondo Indoor che si disputeranno a Riccione l'11-12 Marzo 2024. I numeri delle graduatorie per categoria sono specificati nella tabella in calce.

Le gare saranno disputate in prova unica a serie, con classifica finale a tempi. Se utile a far ridurre la durata della manifestazione sarà consentito far disputare serie miste maschi/femmine, miste 3000/5000m e/o far gareggiare due concorrenti per corsia. E' previsto un tempo massimo per entrambe le gare.

Verranno stilate le seguenti classifiche per categoria: Assoluti (Unica Seniores + Cadetti) maschile e femminile 5000m; Juniores maschile e femminile 5000m; I-II Anno Ragazzi 3000m (anni 2009-2010); Ultimo Anno Ragazzi 3000m (anno 2008); Ragazze 3000m.

Per ogni classifica saranno premiati i primi tre atleti classificati e il vincitore sarà proclamato Campione Regionale di categoria. Verranno assegnati punti ai primi 12 classificati secondo la seguente tabella:

<b>Class.</b>	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°	12°
<b>Punti</b>	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

**TEMPO MASSIMO**

Il tempo massimo dei 3000m è fissato in 42'00" per i maschi e in 46'00" per le femmine. Il tempo massimo dei 5000m è fissato in 1h.10'00" per i maschi e in 1h.16'00" per le femmine. Raggiunto il tempo massimo, il Giudice Arbitro fermerà la gara. I concorrenti che non avranno concluso la prova entro il tempo massimo non saranno classificati.

**ISCRIZIONI E TASSE GARA**

**Le iscrizioni sono riservate ai tesserati FIN per la categoria FONDO** e dovranno essere effettuate on-line tramite il portale federale all'indirizzo <https://portale.federnuoto.it/> **dal 20/01/2024 al 05/02/2024.**

La tassa di iscrizione è fissata in euro 10,00 per atleta/gara, che dovrà essere corrisposta sul portale prima di effettuare le iscrizioni.

**Il numero massimo di iscritti alla manifestazione è di 80 atleti**, così ripartiti: 40 atleti nella gara dei 3000 metri e 40 atleti nella gara dei 5000 metri.

In caso di numero di iscrizioni eccedenti i suddetti limiti, sarà data la precedenza agli atleti che siano presenti nelle classifiche del Grand Prix Nazionale in acque libere (se pubblicate) e/o ai Campionati Italiani Assoluti o di Categoria 2023; che nella presente stagione agonistica o nelle stagioni 2021-22 o 2022-23 siano presenti in almeno una tra le graduatorie regionali dei 1500m o 800m; che abbiano già partecipato ad un Campionato Regionale Primavera di Fondo completando la prova; che siano presenti nelle classifiche del Grand Prix Regionale in acque libere.

E' prevista una "lista di riserva" per gli iscritti eccedenti gli 80 ammessi. Le Società sono tenute a comunicare eventuali assenze entro le ore 12:00 del **07/02/2024**, per consentire all'organizzazione di convocare in tempo utile i primi iscritti in lista di riserva. **Per le assenze non comunicate entro detto termine, alle Società sarà addebitata una penale di € 50,00.**

I risultati delle gare verranno pubblicati sul sito [www.finsicilia.it](http://www.finsicilia.it)

### **NORME GENERALI**

Valgono inoltre le seguenti disposizioni comuni sia al Campionato Regionale che a quello Italiano Indoor:

- non sono consentite false partenze; all'atleta che anticipi l'entrata in acqua sarà applicata una penalità di 10 (dieci) secondi o, in caso di indisciplina, a giudizio del Giudice Arbitro, la squalifica;
- nel caso di 2 (due) concorrenti per corsia sarà dato un secondo "via" a 30 (trenta) secondi di distanza dal primo;
- la segnalazione agli atleti del numero di vasche percorse sarà a cura degli allenatori e/o accompagnatori; quando un allenatore abbia più atleti in gara contemporaneamente, essi dovranno essere sistemati in corsie vicine (per tenere il conteggio dei passaggi è opportuno siano predisposti appositi moduli);
- gli allenatori, per effettuare le segnalazioni suddette, potranno accedere a tre lati della vasca, lasciando comunque liberi gli spazi destinati ad ufficiali gara e cronometristi; per concordare la registrazione dei passaggi, le modalità di segnalazione degli stessi e la relativa utilizzazione degli spazi, sarà indetta a cura della F.I.N. una riunione tecnica preventiva estesa a tutti gli operatori presenti: Giudice Arbitro ed ufficiali gara; Cronometristi; Allenatori e/o rappresentanti di Società;
- In deroga al regolamento, gli atleti che avranno terminato la prova potranno uscire dalla vasca prima che gli altri concorrenti abbiano ultimato la gara, con l'obbligo di non ostacolarne il transito, pena la squalifica.

Sarà consentito un periodo di riscaldamento di dieci minuti prima di ogni serie.

### **GRADUATORIE PER I CAMPIONATI ITALIANI**

#### **3000 m**

- Categoria Ragazzi Femmine anno 2010, prime 30
- Categoria Ragazzi Femmine anno 2011, prime 30
- Categoria Ragazzi Maschi anni 2009/2010, primi 30
- Categoria Ragazzi Maschi anno 2008, primi 30

#### **5000 m**

- Categoria Junior Femmine anni 2008 prime 30
- Categoria Junior Femmine anni 2009 prime 30
- Categoria Junior Maschi anni 2006 primi 30
- Categoria Junior Maschi anni 2007 primi 30

tutti i numeri sopra riportati si intendono comprensivi degli ammessi di diritto.

Di seguito la previsione oraria della manifestazione.

**PREVISIONE ORARIA**

ore 09:00 accesso all'impianto  
ore 09:30 riscaldamento  
ore 10:00 prima serie 3000m F  
ore 11:00 seconda serie 3000m M  
ore 12:00 serie mista 3000m M- 5000m F  
PAUSA  
ore 14:30 prima serie 5000m F  
ore 16:00 seconda serie 5000m M

Cordiali saluti.

**Il Settore Nuoto di Fondo**