

NUOTO
GIROTONDO BLU 1 TAPPA
TORINO (PALAZZO DEL NUOTO)
22/12/2024

I TAPPA GIROTONDO BLU
22/12/2024 POMERIGGIO PALAZZO DEL NUOTO

Apertura-chiusura iscrizioni online su www.portale.federnuoto.it 04/12/2024 - 11/12/2024 ore 12
POSSIBILE SEGNALARE LE ASSENZE SUL GESTIONALE ENTRO LE ORE 17 DEL 21/12/2024

REGOLAMENTO

Il circuito si articola su tre mezze giornate

Il circuito è riservato ai bambini del settore Propaganda , in regola con il tesseramento 2024/2025, rientranti nelle seguenti annate:

MASCHI- dal 2016 al 2018

FEMMINE- dal 2017 al 2019

Ricordiamo che per questa categoria è sufficiente il **certificato medico rilasciato dal pediatra.**

Il costo del tesseramento per allievo è di 3 euro per le Scuole Nuoto Federali e di 5 euro per tutte le società affiliate , che non sono Scuole Nuoto Federali.

Tasse gara: **2.30 euro a gara**

Staffette: **3 euro a gara**

Le iscrizioni sono da effettuare tramite gestionale <https://portale.federnuoto.it>; non sono ammessi inserimenti di tempi d'iscrizione.

L'iscrizione delle staffette non prevede l'obbligo d'inserire i nomi dei componenti a portale , ma saranno richieste le formazioni sul piano vasca

Il format della manifestazione prevede , per ciascuna delle tappe, una prova tecnica ed **una gara** a scelta tra quelle proposte sulle distanze dei 25 metri.

Alle suddette gare

-le femmine 2018 e i maschi 2017

-le femmine 2017 e i maschi 2016)

potranno aggiungere l'iscrizione alle staffette.

-Tutte le gare, prove tecniche comprese, verranno disputate per categoria, prima con le femmine, poi con i maschi, dai più grandi ai più piccoli nell'ordine, per ridurre la quantità di bambini in attesa all'addetta concorrenti (i tecnici potranno mandare i bimbi secondo la giusta sequenza)

-Ogni bambino potrà partecipare ad un max di 2 gare tra quelle proposte e, una delle due, deve essere **obbligatoriamente** la prova tecnica.

-Sarà possibile iscrivere un max di 4 staffette per squadra, per ogni tappa

-Le staffette sono state pensate come esperienze, coinvolgendo i bimbi indipendentemente dal sesso e dalle caratteristiche in acqua, pertanto tutte le staffette si svolgeranno con maschi e femmine contemporaneamente (OGNI QUARTETTO DOVRA' COINVOLGERE

OBBLIGATORIAMENTE COMPONENTI DI AMBO I SESSI E LA COMPOSIZIONE SARÀ A SCELTA DEI TECNICI –max 3 maschi e 1 femmina o viceversa, non tutti dello stesso sesso). Per

non discriminare i ranocchietti naturali, in queste prove che prevedono le nuotate a ds e sl, il quartetto deve avere 1 componente che, necessariamente, faccia rana (la staffetta sarà così composta da 3 bimbi/e che nuoteranno a dorso/stile e 1 che nuoterà a rana).

-La manifestazione non prevede riscaldamenti gara

-All'inizio di ogni tappa è prevista una sfilata di tutti i partecipanti, suddivisi per squadre, in ordine alfabetico di apparizione. A conclusione della sfilata ad ogni bambino verrà consegnato un premio di partecipazione.

Sequenza gare PRIMA TAPPA:

femmine 2019-2018 e maschi 2018-2017: PROVA TECNICA + 25 METRI GAMBE DORSO (le braccia ferme IN ALTO O IN BASSO, con posizione a scelta del bambino)
Tutte le prove saranno disputate senza l'ausilio del cronometro.

femmine 2017 e maschi 2016: PROVA TECNICA +UNA GARA a scelta tra 25 METRI DORSO COMPLETO e 25 METRI STILE LIBERO COMPLETO
Le prove diverse da quella tecnica verranno cronometrate e i risultati saranno disponibili in ordine alfabetico, senza annata di appartenenza , a fine manifestazione.

-La PROVA TECNICA della prima tappa sarà il GIRARROSTO:
(dopo la partenza dall'acqua, il bimbo percorrerà la vasca muovendo le gambe (a stile libero e dorso) ruotando su se stesso, almeno 5 volte nei 25m., senza aiutarsi con le mani. Le braccia rimarranno distese lungo i fianchi o in alto a discrezione del bimbo)
Tutte le prove tecniche saranno disputate senza l'ausilio del cronometro.

-A conclusione della manifestazione ,la staffetta proposta per la prima tappa è la 4x25 mx dorso+1 ranocchio; tale staffetta sarà riservata alle due annate dei più grandi **(i 2019 femmine e 2018 maschi non potranno gareggiare nella staffetta).**
La partenza sarà x tutti dall'alto con il tuffo , compreso il primo staffettista. Dopo il tuffo , il bimbo che nuota a dorso, emergerà a pancia in su, per continuare la vasca supino.