



TROFEO DELLE REGIONI 2015

Sabato 11 luglio



**Golfo di Sturla
Genova**

PROGRAMMA GARE

- ORE 10.15 RIUNIONE TECNICA
- ORE 11.00 5000 MT JUNIORES
- **A SEGUIRE PREMIAZIONI**
- ORE 13.30 3000 MT RAGAZZI
- **A SEGUIRE PREMIAZIONI**
- ORE 15.00 TEAM EVENT 3000 MT
- ORE 16.30 PREMIAZIONI TEAM EVENT – CLASS A SQUADRE

- BUFFET DI SALUTO

Iscrizioni entro il 01/07/2015 tramite procedura on-line federale manifestazioni fondo e riepilogativo a FIN ROMA (fondo@federnuoto.it) E SPORTIVA STURLA (segreteria@sportivasturla.it)

CAMPI GARA

PERCORSO 3000 MT CATEGORIA RAGAZZI E TEAM EVENT 2 GIRI DEL PERCORSO



PERCORSO 5000 MT CATEGORIA JUNIORES 3 GIRI DEL PERCORSO



PRANZO PRESSO LO CHALET DELLA SPORTIVA STURLA

MENU' :

- PASTA AL POMODORO
- PETTO DI POLLO CON VERDURE GRIGLIATE
O POLPETTONE DI ZUCCHINE CON INSALATA
O CRUDO E GRANA
- MACEDONIA
- PANE
- ½ ACQUA

PREZZO : 10 EURO

PER PRENOTAZIONE SCRIVERE A Q.SUSI@GMAIL.COM

ENTRO E NON OLTRE VENERDI' 03 LUGLIO

ALBERGHI CONVENZIONATI:

- HOTEL TIRRENO – GENOVA

VIA DEI MILLE

Tel. 0039010389425 – 0039010386342

www.hoteltirrenogenova.it

- AC HOTEL GENOVA

Corso Europa 1075-16148 Genova

Tel 0103071180 – fax 0103071275

acgenova@ac-hotel.com

www.hotelacgenova.com

TROFEO DELLE REGIONI NUOTO DI FONDO

La manifestazione riservata a rappresentative regionali si svolgerà a Genova Sturla (Genova) in data 11 luglio 2015.

Le squadre regionali dovranno essere composte da un massimo di quattro atleti per categoria, di cui solo i primi tre classificati andranno a punteggio.

Possono partecipare le categorie:

RAGAZZI: femmine classe 2001/2002 maschi classe 1999/2000/2001

JUNIORES: femmine classe 1999/2000 maschi classe 1998/1997

La categoria RAGAZZI gareggerà sulla distanza di 3.000 mt, mentre la categoria JUNIORES sulla distanza di 5.000 mt.

PUNTEGGI Saranno assegnati punteggi ai primi tre atleti per categoria di ogni rappresentativa regionale secondo la seguente tabella:

Punti 1^ maschio/femmina 13

2^ maschio/femmina 11

3^ maschio/femmina 10

4^ maschio/femmina 9

5^ maschio/femmina 8

6^ maschio/femmina 7

7^ maschio/femmina 6

8^ maschio/femmina 5

9^ maschio/femmina 4

10^ maschio/femmina 3

11^ maschio/femmina 2

12^ maschio/femmina 1

Dalla sommatoria dei punti saranno premiate le prime tre regioni.

La manifestazione è inserita regolarmente nel Gran Prix di Fondo per la gara dei 5000 metri e in quello di Mezzo Fondo per la gara dei 3.000 metri.

Seguirà circolare informativa per l'inoltro delle iscrizioni

TEAM EVENTOgni regione potrà iscrivere due (2) formazioni che possono essere composti da 2 maschi e 1 femmina o da 2 femmine e 1 maschio. Unico obbligo è fatto nel dover schierare nella formazione almeno un atleta appartenente alla categoria RAGAZZI.

Le formazioni partiranno a distanza di 1 minuto l'una dall'altra ed il tempo ottenuto sarà considerato quello del terzo componente della squadra all'arrivo