

ENERGY HARD 5000 MT

Tempo massimo:

2 H

Pacco gara:

CHIP + PREMIO PARTECIPAZIONE, GADGET SPONSOR

REGOLAMENTO

La manifestazione ha carattere non competitivo, ma verrà comunque rilevato il tempo di percorrenza di ogni singolo partecipante per determinare una classifica finale.

La compilazione del modulo d'iscrizione e la sottoscrizione delle indicazioni in merito a: stato di buona salute, capacità natatorie, scarico di responsabilità, dati personali, percorso alternativo, quota di iscrizione e firma, è obbligatoria. L'iscrizione si può effettuare solo sui siti www.mysdam.net e www.amvfullofenergy.com.

L'accettazione finale dell'iscrizione è a discrezione insindacabile dell'Organizzazione ed è da considerarsi confermata solo con la pubblicazione del proprio nominativo sulla starting list pubblicata su www.amvfullofenergy.com.

È obbligatorio il certificato di idoneità all'attività sportiva AGONISTICA per FIN, FITRI e C.S.A.In., in corso di validità.

L'utilizzo o meno della muta è a totale discrezione dell'atleta, ma, chi gareggerà con la muta non entrerà nelle classifiche di categoria e nella classifica assoluta. La temperatura dell'acqua verrà rilevata 30' prima dell'inizio di ogni gara.

Sono ammessi inoltre costumi, mutini, smanicati, costumoni. Tutto il resto è vietato. Il personale dell'organizzazione controllerà il corretto svolgimento della nuotata.

I partecipanti potranno essere in qualsiasi momento costretti all'abbandono della manifestazione ad insindacabile giudizio degli organizzatori o dei medici. I partecipanti saranno tenuti a seguire ogni ulteriore misura di sicurezza predisposta dall'organizzazione.

Per ragioni organizzative e di sicurezza, la nuotata sarà limitata a 400 nuotatori.

Età minima di partecipazione: 14 anni.

Per i partecipanti "minori" (sotto i 18 anni compiuti) è fatto obbligo il consenso di uno dei genitori, con l'apposizione di due firme (partecipante ed esercente la patria potestà) specificando il numero e il tipo di un documento di riconoscimento del genitore a mezzo fotocopia dello stesso.

Una volta effettuata l'iscrizione, la quota non potrà essere restituita in nessun caso.

L'organizzazione si riserva di sospendere o modificare la manifestazione a proprio insindacabile giudizio per motivi o condizioni che non possano garantire condizioni di sicurezza. In caso di mancato svolgimento per pessime condizioni atmosferiche o per altre gravi cause, l'importo versato quale quota d'iscrizione non sarà restituito, verrà comunque consegnato il riconoscimento a ricordo della manifestazione.

FULL OF ENERGY

Tempo massimo di percorrenza: 2h. Gli Atleti dovranno essere muniti e utilizzare la boa di sicurezza propria o fornita alla partenza dall'Organizzatore, unita al corpo da un cordino; la boa potrà essere acquistata al termine della manifestazione ad un costo forfettario di 5€. Verrà fornito ad ogni atleta un numero adesivo da applicare sulla boa.

Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento di 400 partecipanti e comunque entro e non oltre il 30/05/2021.

La partenza è prevista dall'acqua. I partecipanti che non rispetteranno l'allineamento di partenza verranno automaticamente squalificati. La squalifica per antisportività è a insindacabile giudizio dell'Organizzazione. Il percorso è segnalato da 4 grandi boe, da tenersi sulla sinistra, 2 grandi boe da tenersi sulla destra oltre che dal corridoio d'arrivo che avverrà in acqua previo passaggio sotto arco gonfiabile galleggiante.

Ogni nuotatore deve osservare con attenzione la cartina del percorso sapendo che NON ha tappe per rifornimenti.

Il pacco gara contiene: chip, premio di partecipazione e gadget degli sponsor. L'atleta che dovesse perdere il chip durante la nuotata sarà squalificato.

CONSIGLI UTILI

Prepararsi adeguatamente in piscina o provando il nuoto in acque libere per almeno 60/70 min. Fare una colazione leggera, ricca di zuccheri e povera di grassi; non bere alcolici prima della gara. Partire in modo moderato e cercare il proprio ritmo respiratorio prima di forzare l'andatura.

Il pallone di sicurezza va legato in vita e tenuto ad una distanza di circa 1 metro dal corpo, evitando di usare il pallone come salvagente, poiché aumenta l'attrito con l'acqua ed impedisce l'avanzamento. In caso di affanno eccessivo, fermarsi e riprendere fiato utilizzando il pallone come sostegno.

Eventuale richiesta di soccorso in acqua, rivolta ai mezzi di servizio più vicini, va eseguita mantenendo un braccio teso in alto e utilizzando la boa di segnalazione per sostenersi.

Gli Organizzatori declinano ogni responsabilità a riguardo di furti o perdite di oggetti preziosi, borsellini, orologi, vestiti etc. contenuti nei sacchi gara che verranno consegnati per la custodia durante lo svolgimento della gara.

CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

Verranno premiati con premi tecnici forniti dal nostro main sponsor arena, i primi 3 atleti maschi e le prime 3 atlete femmine delle seguenti categorie FIN:

Under 25 (fino a 24 anni 364 giorni)			Master 50 (50-54) Categoria FIN		
Master 25 (25-29) Categoria FIN			Master 55 (55-59)	“	“
Master 30 (30-34)	“	“	Master 60 (60-64)	“	“
Master 35 (35-39)	“	“	Master 65 (65-69)	“	“
Master 40 (40-44)	“	“	Master 70 (70-74)	“	“
Master 45 (45-49)	“	“	Veterani (74-101)	“	“

Ogni evento è composto da una prova sui 2500mt e una sui 5000mt, valide per l'assegnazione di punti per le rispettive classifiche, più una cronocoppia sui 1500mt che non assegna punteggio.

I migliori 20 di ogni classifica si giocheranno la vittoria finale il 3 Ottobre all'evento di Camogli. Durante questa gara, le classifiche delle prove da 2500mt e 5000mt saranno determinate dagli intertempi presi sulle due distanze (per chi lo desidera, sarà possibile concludere la gara senza proseguire fino al traguardo di Camogli).

L'organizzazione si riserva in qualsiasi momento di applicare variazioni al programma a seguito dell'andamento della situazione nazionale e delle norme legislative emanate dal governo.

Le prove da 2500mt e 5000mt sono valide per l'assegnazione dei punti per le seguenti classifiche:

2500mt uomo | 2500mt donna | 5000mt uomo | 5000mt donna

Il sistema di punteggio premia i primi 20 classificati di ogni competizione secondo il seguente schema:

1°	30 punti	6°	15 punti	11°	10 punti	16°	5 punti
2°	25 punti	7°	14 punti	12°	9 punti	17°	4 punti
3°	20 punti	8°	13 punti	13°	8 punti	18°	3 punti
4°	18 punti	9°	12 punti	14°	7 punti	19°	2 punti
5°	16 punti	10°	11 punti	15°	6 punti	20°	1 punto

In caso di situazioni di parità, la posizione in classifica verrà stabilita conteggiando la somma totale dei tempi.

ENERGY CUP 2021 SWIMMING CIRCUIT – MARATEA

ENERGY MEDIUM 2500 MT

Tempo massimo:

1 H 30 MIN

Pacco gara:

CHIP + PREMIO PARTECIPAZIONE, GADGET SPONSOR

REGOLAMENTO

Le partenze saranno divise a ondate in base al tempo di percorrenza indicato dai partecipanti. Ogni partecipante dovrà indicare in fase di iscrizione, il proprio tempo su 1 km in base ai seguenti valori:

- A. Meno di 17'.
- B. Tra 17' e 25'.
- C. Oltre 25'.

La manifestazione ha carattere non competitivo, ma verrà comunque rilevato il tempo di percorrenza di ogni singolo partecipante per determinare una classifica finale.

La compilazione del modulo d'iscrizione e la sottoscrizione delle indicazioni in merito a: stato di buona salute, capacità natatorie, scarico di responsabilità, dati personali, percorso alternativo, quota di iscrizione e firma, è obbligatoria. L'iscrizione si può effettuare solo sui siti www.mysdam.net e www.amvfullofenergy.com.

L'accettazione finale dell'iscrizione è a discrezione insindacabile dell'Organizzazione ed è da considerarsi confermata solo con la pubblicazione del proprio nominativo sulla starting list pubblicata su www.amvfullofenergy.com.

È obbligatorio il certificato di idoneità all'attività sportiva NON AGONISTICA o AGONISTICA per FIN, FITRI e C.S.A.In., in corso di validità.

L'utilizzo o meno della muta è a totale discrezione dell'atleta, ma, chi gareggerà con la muta non entrerà nelle classifiche di categoria ma nella classifica assoluta maschi e femmine. La temperatura dell'acqua verrà rilevata 30' prima dell'inizio di ogni gara.

Sono ammessi inoltre costumi, mutini, smanicati, costumoni. Tutto il resto è vietato. Il personale dell'organizzazione controllerà il corretto svolgimento della nuotata.

I partecipanti potranno essere in qualsiasi momento costretti all'abbandono della manifestazione ad insindacabile giudizio degli organizzatori o dei medici. I partecipanti saranno tenuti a seguire ogni ulteriore misura di sicurezza predisposta dall'organizzazione.

Per ragioni organizzative e di sicurezza, la nuotata sarà limitata a 600 nuotatori.

Età minima di partecipazione: 14 anni.

Per i partecipanti "minori" (sotto i 18 anni compiuti) è fatto obbligo il consenso di uno dei genitori, con l'apposizione di due firme (partecipante ed esercente la patria potestà) specificando il numero e il tipo di un documento di riconoscimento del genitore a mezzo fotocopia dello stesso.



Una volta effettuata l'iscrizione, la quota non potrà essere restituita in nessun caso.

L'organizzazione si riserva di sospendere o modificare la manifestazione a proprio insindacabile giudizio per motivi o condizioni che non possano garantire condizioni di sicurezza. In caso di mancato svolgimento per pessime condizioni atmosferiche o per altre gravi cause, l'importo versato quale quota d'iscrizione non sarà restituito, verrà comunque consegnato il riconoscimento a ricordo della manifestazione.

Tempo massimo di percorrenza: 1 ora e 30 minuti. Gli Atleti dovranno essere muniti e utilizzare la boa di sicurezza propria o fornita alla partenza dall'Organizzatore, unita al corpo da un cordino; la boa potrà essere acquistata al termine della manifestazione ad un costo forfettario di 5€. Verrà fornito ad ogni atleta un numero adesivo da applicare sulla boa.

Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento di 600 partecipanti e comunque entro e non oltre il 30/05/2021.

La partenza è prevista dall'acqua. I partecipanti che non rispetteranno l'allineamento di partenza verranno automaticamente squalificati. La squalifica per antisportività è a insindacabile giudizio dell'Organizzazione. Il percorso è segnalato da 3 grandi boe, da tenersi sulla sinistra, 2 grandi boe da tenersi sulla destra oltre che dal corridoio d'arrivo che avverrà in acqua previo passaggio sotto arco gonfiabile galleggiante.

Ogni nuotatore deve osservare con attenzione la cartina del percorso sapendo che NON ha tappe per rifornimenti.

Il pacco gara contiene: chip, premio di partecipazione e gadget degli sponsor. L'atleta che dovesse perdere il chip durante la nuotata sarà squalificato.

CONSIGLI UTILI

Prepararsi adeguatamente in piscina o provando il nuoto in acque libere per almeno 60/70 min. Fare una colazione leggera, ricca di zuccheri e povera di grassi; non bere alcolici prima della gara. Partire in modo moderato e cercare il proprio ritmo respiratorio prima di forzare l'andatura.

Il pallone di sicurezza va legato in vita e tenuto ad una distanza di circa 1 metro dal corpo, evitando di usare il pallone come salvagente, poiché aumenta l'attrito con l'acqua ed impedisce l'avanzamento. In caso di affanno eccessivo, fermarsi e riprendere fiato utilizzando il pallone come sostegno.

Eventuale richiesta di soccorso in acqua, rivolta ai mezzi di servizio più vicini, va eseguita mantenendo un braccio teso in alto e utilizzando la boa di segnalazione per sostenersi.

Gli Organizzatori declinano ogni responsabilità a riguardo di furti o perdite di oggetti preziosi, borsellini, orologi, vestiti etc. contenuti nei sacchi gara che verranno consegnati per la custodia durante lo svolgimento della gara.

CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

Verranno premiati con premi tecnici forniti dal nostro main sponsor arena, i primi 3 atleti maschi e le prime 3 atlete femmine delle seguenti categorie FIN:

Under 25 (fino a 24 anni 364 giorni)			Master 50 (50-54) Categoria FIN		
Master 25 (25-29) Categoria FIN			Master 55 (55-59)	“	“
Master 30 (30-34)	“	“	Master 60 (60-64)	“	“
Master 35 (35-39)	“	“	Master 65 (65-69)	“	“
Master 40 (40-44)	“	“	Master 70 (70-74)	“	“
Master 45 (45-49)	“	“	Veterani (74-101)	“	“

Ogni evento è composto da una prova sui 2500mt e una sui 5000mt, valide per l'assegnazione di punti per le rispettive classifiche, più una cronocoppia sui 1500mt che non assegna punteggio.

I migliori 20 di ogni classifica si giocheranno la vittoria finale il 3 Ottobre all'evento di Camogli. Durante questa gara, le classifiche delle prove da 2500mt e 5000mt saranno determinate dagli intertempi presi sulle due distanze (per chi lo desidera, sarà possibile concludere la gara senza proseguire fino al traguardo di Camogli).

L'organizzazione si riserva in qualsiasi momento di applicare variazioni al programma a seguito dell'andamento della situazione nazionale e delle norme legislative emanate dal governo.

Le prove da 2500mt e 5000mt sono valide per l'assegnazione dei punti per le seguenti classifiche:

2500mt uomo | 2500mt donna | 5000mt uomo | 5000mt donna

Il sistema di punteggio premia i primi 20 classificati di ogni competizione secondo il seguente schema:

1°	30 punti	6°	15 punti	11°	10 punti	16°	5 punti
2°	25 punti	7°	14 punti	12°	9 punti	17°	4 punti
3°	20 punti	8°	13 punti	13°	8 punti	18°	3 punti
4°	18 punti	9°	12 punti	14°	7 punti	19°	2 punti
5°	16 punti	10°	11 punti	15°	6 punti	20°	1 punto

In caso di situazioni di parità, la posizione in classifica verrà stabilita conteggiando la somma totale dei tempi.

ENERGY CUP 2021 SWIMMING CIRCUIT – MARATEA

ENERGY TWIN 1500 MT IN COPPIA A CRONOMETRO

Tempo massimo:

1 H 30 MIN

Pacco gara:

CHIP + PREMIO PARTECIPAZIONE, GADGET SPONSOR

REGOLAMENTO

La manifestazione ha carattere non competitivo, ma verrà comunque rilevato il tempo di percorrenza di ogni singolo partecipante per determinare una classifica finale.

La compilazione del modulo d'iscrizione e la sottoscrizione delle indicazioni in merito a: stato di buona salute, capacità natatorie, scarico di responsabilità, dati personali, percorso alternativo, quota di iscrizione e firma, è obbligatoria. L'iscrizione si può effettuare solo sui siti www.mysdam.net e www.amvfullofenergy.com.

L'accettazione finale dell'iscrizione è a discrezione insindacabile dell'Organizzazione ed è da considerarsi confermata solo con la pubblicazione del proprio nominativo sulla starting list pubblicata su www.amvfullofenergy.com.

È obbligatorio il certificato di idoneità all'attività sportiva NON AGONISTICA o AGONISTICA per FIN, FITRI e C.S.A.In., in corso di validità.

Sono ammessi costumi, mutini, smanicati, costumoni. Tutto il resto è vietato. Il personale dell'organizzazione controllerà il corretto svolgimento della nuotata.

I partecipanti potranno essere in qualsiasi momento costretti all'abbandono della manifestazione ad insindacabile giudizio degli organizzatori o dei medici. I partecipanti saranno tenuti a seguire ogni ulteriore misura di sicurezza predisposta dall'organizzazione.

Per ragioni organizzative e di sicurezza, la nuotata sarà limitata a 100 coppie di nuotatori.

Età minima di partecipazione: 14 anni.

Per i partecipanti "minori" (sotto i 18 anni compiuti) è fatto obbligo il consenso di uno dei genitori, con l'apposizione di due firme (partecipante ed esercente la patria potestà) specificando il numero e il tipo di un documento di riconoscimento del genitore a mezzo fotocopia dello stesso.

Una volta effettuata l'iscrizione, la quota non potrà essere restituita in nessun caso.

L'organizzazione si riserva di sospendere o modificare la manifestazione a proprio insindacabile giudizio per motivi o condizioni che non possano garantire condizioni di sicurezza. In caso di mancato svolgimento per pessime condizioni atmosferiche o per altre gravi cause, l'importo versato quale quota d'iscrizione non sarà restituito, verrà comunque consegnato il riconoscimento a ricordo della manifestazione.

Tempo massimo di percorrenza: 1 ora e 30 minuti. Gli Atleti dovranno essere muniti e utilizzare la boa di sicurezza propria o fornita alla partenza dall'Organizzatore, unita al corpo da un cordino; la boa potrà essere acquistata al termine della manifestazione ad un costo forfettario di 5€. Verrà fornito ad ogni atleta un numero adesivo da applicare sulla boa.



Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento di 100 coppie di partecipanti e comunque entro e non oltre il 30/05/2021.

La partenza è prevista dall'acqua. La squalifica per antisportività è a insindacabile giudizio dell'Organizzazione. Il percorso è segnalato da 3 grandi boe, da tenersi sulla sinistra, 2 grandi boe da tenersi sulla destra oltre che dal corridoio d'arrivo che avverrà in acqua previo passaggio sotto arco gonfiabile galleggiante.

Ogni coppia deve osservare con attenzione la cartina del percorso sapendo che NON ha tappe per rifornimenti.

Il pacco gara contiene: chip, premio di partecipazione e gadget degli sponsor. L'atleta che dovesse perdere il chip durante la nuotata sarà squalificato.

CONSIGLI UTILI

Prepararsi adeguatamente in piscina o provando il nuoto in acque libere per almeno 60/70 min. Fare una colazione leggera, ricca di zuccheri e povera di grassi; non bere alcolici prima della gara. Partire in modo moderato e cercare il proprio ritmo respiratorio prima di forzare l'andatura. Il pallone di sicurezza va legato in vita e tenuto ad una distanza di circa 1 metro dal corpo, evitando di usare il pallone come salvagente, poiché aumenta l'attrito con l'acqua ed impedisce l'avanzamento. In caso di affanno eccessivo, fermarsi e riprendere fiato utilizzando il pallone come sostegno.

Eventuale richiesta di soccorso in acqua, rivolta ai mezzi di servizio più vicini, va eseguita mantenendo un braccio teso in alto e utilizzando la boa di segnalazione per sostenersi.

Gli Organizzatori declinano ogni responsabilità a riguardo di furti o perdite di oggetti preziosi, borsellini, orologi, vestiti etc. contenuti nei sacchi gara che verranno consegnati per la custodia durante lo svolgimento della gara.

CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

VERRANNO PREMIATI CON PREMI TECNICI FORNITI DAL NOSTRO MAIN SPONSOR ARENA, LE PRIME 3 COPPIE ASSOLUTE CLASSIFICATE, SENZA DISTINZIONE DI ETA' E DI SESSO.