

A.S. NUOTO CLUB GUDO - C.C.S.A. ARESE - NUOTO CLUB MAGENTA - OVERSPORT PARABIAGO

MEETING DELL'AMICIZIA 2007 - 2008

Le manifestazioni sono aperte agli allievi della scuola nuoto ed agli atleti dell'attività preagonistica con frequenza di allenamento massima trisettimanale.

CATEGORIE

MASCHILE		FEMMINILE
1999-00	ESORDIENTI C	2000-01
1997-98	ESORDIENTI B	1998-99
1995-96	ESORDIENTI A	1996-97
1993-94	RAGAZZI	1994-95
1992 e precedenti	ASSOLUTI	1993 e precedenti

PROGRAMMA GARE

1^GIORNATA

ESORDIENTI C	25 DORSO o 25 STILE LIBERO e/o 50 RANA
ESORDIENTI B	50 DORSO e/o 50 STILE LIBERO
ESORDIENTI A	50 FARFALLA e/o 50 RANA
RAGAZZI	50 RANA e/o 100 STILE LIBERO
ASSOLUTI	50 RANA e/o 100 STILE LIBERO
Ordine delle gare	Es.A 50 FA-Rag 50 RA- Ass. 50 RA/Es.A 50 RA -Rag 100 SL -Ass 100 SL

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **STILE LIBERO** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B 2 maschi e 2 femmine .
STAFFETTA (2x25 + 2x50) **STILE LIBERO** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B femminile .
STAFFETTA (2x25 + 2x50) **STILE LIBERO** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B maschile

STAFFETTA 4X50 **MISTA** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI
2 maschi e due femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA.
STAFFETTA 4X50 **MISTA** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI
FEMMINILE.
STAFFETTA 4X50 **MISTA** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI
MASCHE.
STAFFETTA 4x50 **STILE LIBERO** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI
2 maschi e 2 femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA
STAFFETTA 4x50 **STILE LIBERO** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI
FEMMINILE
STAFFETTA 4x50 **STILE LIBERO** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI
MASCHE

2^GIORNATA

ESORDIENTI C	25 DORSO o 25 RANA e/o 50 STILE LIBERO
ESORDIENTI B	50 DORSO o 50 RANA e/o 100 STILE LIBERO
ESORDIENTI A	50 DORSO e/o 100 STILE LIBERO
RAGAZZI	100 DORSO e/o 50 FARFALLA
ASSOLUTI	100 DORSO e/o 50 FARFALLA
Ordine delle gare	Es.A 50 Do-Rag 100 Do - Ass. 100 Do/Es.A 100 Sl -Rag 50 Fa -Ass Fa

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **MISTA** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B 2 maschi e due femmine
ne
STAFFETTA (2x25 + 2x50) **MISTA** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B femminile
STAFFETTA (2x25 + 2x50) **MISTA** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B maschile
STAFFETTA 4X50 **STILE LIBERO** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI
2 maschi e due femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA.
STAFFETTA 4X50 **STILE LIBERO** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI
Femminile.
STAFFETTA 4X50 **STILE LIBERO** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI
Maschile
STAFFETTA 4x50 **MISTA** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI
2 maschi e 2 femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA
STAFFETTA 4x50 **MISTA** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI
FEMMINILE
STAFFETTA 4x50 **MISTA** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI
MASCHE

A.S. NUOTO CLUB GUDO - C.C.S.A. ARESE - NUOTO CLUB MAGENTA - OVERSPORT PARABIAGO

MEETING DELL'AMICIZIA 2007 - 2008

3^GIORNATA

ESORDIENTI C	25 STILE LIBERO o 25 FARFALLA e/o 50 DORSO
ESORDIENTI B	50 STILE LIBERO o 25 FARFALLA e/o 100 RANA
ESORDIENTI A	50 FARFALLA o 50 STILE LIBERO e/o 100 MISTI
RAGAZZI	50 STILE LIBERO e/o 100 MISTI
ASSOLUTI	50 STILE LIBERO e/o 100 MISTI

Ordine delle gare:

Es.C 25 SL- Es.B 50 SL/ Es.C 25 FA - Es.B 50 FA / Es. C 50 DO / Es. B 100 Rana
Es.A 50 FA-Rag 50 SL- Ass. 50 SL/Es.A 50 SL -Rag 100 MIX -Ass 100 MIX-Es.A 100 mix

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **STILE LIBERO** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B 2 maschi e due femmine .

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **STILE LIBERO** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B femminile

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **STILE LIBERO** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B maschile

STAFFETTA 4X50 **MISTA** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI

2 maschi e due femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA.

STAFFETTA 4X50 **MISTA** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI

Femminile.

STAFFETTA 4X50 **MISTA** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI

Maschile..

STAFFETTA 4x50 **STILE LIBERO** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI

2 maschi e 2 femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA

STAFFETTA 4x50 **STILE LIBERO** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI

FEMMINILE

STAFFETTA 4x50 **STILE LIBERO** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI

MASCHILE

4^GIORNATA

ESORDIENTI C	25 DORSO o 25 RANA e/o 50 FARFALLA
ESORDIENTI B	50 STILE LIBERO o 50 RANA e/o 100 DORSO
ESORDIENTI A	50 DORSO e/o 100 RANA
RAGAZZI	50 DORSO e/o 100 RANA
ASSOLUTI	50 DORSO e/o 100 RANA

Ordine delle gare Es.C 25 Do-Es. B 50 sl - Es. C 25 Ra-Es. B 50 Ra-Es.C 50 Fa-Es.B 100 Do

Ordine delle gare Es.A 50 Do-Rag 50 Do- Ass. 50 Do/Es.A 100 Ra -Rag 100 Ra -Ass 100 Ra

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **MISTA** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B 2 maschi e due femmine .

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **MISTA** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B femminile

STAFFETTA (2x25 + 2x50) **MISTA** composta da 2 ES.C , per le frazioni da 25 metri e 2 ES.B maschile

STAFFETTA 4X50 **STILE LIBERO** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI

2 maschi e due femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA.

STAFFETTA 4X50 **STILE LIBERO** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI

femminile

STAFFETTA 4X50 **STILE LIBERO** composta da 2 ES.A e 2 RAGAZZI o ASSOLUTI

maschile

STAFFETTA 4x50 **MISTA** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI

2 maschi e 2 femmine INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA

STAFFETTA 4x50 **MISTA** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI

FEMMINILE

STAFFETTA 4x50 **MISTA** composta da 2 RAGAZZI + 2 ASSOLUTI

MASCHILE

A.S. NUOTO CLUB GUDO - C.C.S.A. ARESE - NUOTO CLUB MAGENTA - OVERSPORT PARABIAGO

MEETING DELL'AMICIZIA 2007 - 2008

LE STAFFETTE SI EFFETTUERANNO AL TERMINE DI OGNI TURNO DI GARA

• **OGNI SOCIETA' POTRA' ISCRIVERE PIU' STAFFETTE , INDICANDO LA "FORMAZIONE A" IN CLASSIFICA MENTRE LE ALTRE FORMAZIONI FUORI CLASSIFICA AI FINI DELLE PREMIAZIONI**

• **CIASCUN ATLETA POTRA' PARTECIPARE AD UN MASSIMO DI 2 GARE INDIVIDUALI, DOVE PREVISTO ED A DUE STAFFETTA.**

• **LE BATTERIE DELLE STAFFETTE DOVRANNO QUINDI ESSERE PREVISTE CON: BATTERIE SOLO FEMMINILI, SOLO MASCHILI E MASCHILI/FEMMINILI**

VERRANNO PREMIATI I PRIMI TRE CLASSIFICATI PER STILE E CATEGORIA MASCHILE E FEMMINILE, E LE PRIME 3 STAFFETTE, MEDAGLIE DI PARTECIPAZIONE A TUTTI GLI ALTRI ATLETI. EVENTUALI ULTERIORI PREMIAZIONI A DISCREZIONE DELLA SOCIETA' ORGANIZZATRICE.

Le iscrizioni vanno inviate [alla](#) Società organizzatrice entro il GIOVEDI della settimana precedente la manifestazione, **utilizzando il programma che ciascuna Società ritiene più consono alle proprie necessità organizzative.**

NON SARANNO POSSIBILI MODIFICHE SUL CAMPO GARA.

La Società organizzatrice dovrà mettere a disposizione:

- IMPIANTO
- NUMERO DI CRONOMETRISTI PARI AL NUMERO DI CORSIE
- STARTER
- GIUDICE DI ARRIVO E DI VIRATA
- SEGRETERIA
- STAMPA PROGRAMMI GARA E RISULTATI GARA

I PROGRAMMI SARANNO VENDUTI AL PUBBLICO AL PREZZO DI € 2.00

Qualora la Società ospitante avesse problemi organizzativi è invitata ad avvisare le altre Società al momento della consegna delle iscrizioni, per poter trovare per tempo, una soluzione.

CALENDARIO

27 GENNAIO	PARABIAGO	Piscina Comunale Via Carso ang.Via Amendola
17 FEBBRAIO	MAGENTA	Piscina Comunale, Via Casati
13 APRILE	ARESE	Piscina C.C.S.A, Via Resegone, 15
25 MAGGIO	GUDO VISCONTI	Piscina A.S.D. N.C.Gudo Via Papa Giovanni XXIII,4

ESORDIENTI C e B: RITROVO RISCALDAMENTO ORE 14.00

INIZIO GARE ORE 14.30

ESORDIENTI A,RAGAZZI e ASSOLUTI: RITROVO RISCALDAMENTO ORE 16.30

INIZIO GARE ORE 17.00

A.S. NUOTO CLUB GUDO - C.C.S.A. ARESE - NUOTO CLUB MAGENTA - OVERSPORT PARABIAGO

MEETING DELL'AMICIZIA 2007 - 2008

RECAPITI TELEFONICI

OVERSPORT PARABIAGO Piscina
lentina GEMMA vaninna@libero.it

0331 556720 e FAX

oversport@libero.it

Va-

A.S.NUOTO CLUB GUDO

Monica MONTAGNA

02 94961766 e FAX

a.s.nuotoclubgudo@virgilio.it

lidiabetty@alice.it

C.C.S.A. ARESE

Clara CIGNOZZI

02.9384661 piscina

02.9384588 casa

02.9385028 fax

info@ccsa.it

claraposta@alice.it

NUOTO CLUB MAGENTA

Camillo MALINI

02 9790150 e FAX

camillo.malini@libero.it

COORDINAMENTO GARE

ORDINE DI PARTENZA DELLE BATTERIE: PER OGNI BATTERIA IL 1^TEMPO VA ALLA CORSIA 3, IL 2^ TEMPO ALLA CORSIA 4, IL 3^ TEMPO ALLA CORSIA 2, IL 4^ TEMPO ALLA CORSIA 5, IL 5^ TEMPO ALLA CORSIA 1, IL 6^ TEMPO ALLA CORSIA 6

PARTENZE: 1^ FISCHIO MI PREPARO DI LATO AL BLOCCO, 2^ FISCHIO SALGO SUL BLOCCO O ENTRO IN ACQUA PER LA PARTENZA A DORSO; AL COMANDO "A POSTO" GLI ATLETI SI POSIZIONANO PER LA PARTENZA, AL SUONO DI TROMBA PARTENZA.

TEMPI DI CRONOMETRAGGIO ARROTONDATI AL DECIMO (FINO A'05 AL DECIMO INFERIORE DA '06 AL DECIMO SUPERIORE)

COMUNICARE AL TERMINE DI CIASCUNA BATTERIA I TEMPI E LE EVENTUALI SQUALIFICHE MOTIVANDOLE.

E' VALIDA UNA SOLA PARTENZA (CON TOLLERANZA PER ES. C ed ES.B vale a dire velocità massima dello starter nel dare il VIA)

PROBLEMI ARRIVO E VIRATE A DORSO E NEL CAMBIO STILE DEI MISTI

VIRATA A DORSO DOPO LA ROTAZIONE SUL PETTO E' CONSENTITA UNA SOLA BRACCIATA E NESSUN MOVIMENTO DI GAMBE SUL PETTO A SL

ARRIVO A DORSO MANTENENDO LA POSIZIONE SUPINA.

CAMBIO STILE DORSO- RANA TOCCO A DORSO MANTENENDO LA POSIZIONE SUPINA

ARRIVO E VIRATE A RANA E DELFINO A DUE MANI CONTEMPORANEE

EVITARE DI ISCRIVERE UN NUMERO ELEVATO DI ATLETI E POI COMUNICARLI TUTTI ASSENTI.

A seguito della richiesta di Camillo Malini pur non condividendo, ma comprendendo la sua necessità di invitare altre 2 società alla gara di Magenta, si acconsente alla richiesta.

Vorremmo comunque ricordare che il fiore all'occhiello della nostra manifestazione è la brevità; con la partecipazione di 6 società il programma risulterà comunque notevolmente dilatato.