

4° nuotata "SBRACCIANDO A BAVENO" 14 LUGLIO 2019**Modulo di iscrizione**

Cognome :	_____	Nome :	_____		
Nato a :	_____	il :	___ / ___ / ___		
Residente a :	_____	Cap :	_____	Prov :	_____
Indirizzo :	_____	telefono :	_____		
e – mail :	_____	iscrizione per 1,5 KM	_____	3,5 KM	_____
Staffetta 3x400	_____	con i compagni: 1	_____	2	_____
Gruppo di appartenenza	_____				

Il sottoscritto nel dichiarare che tutte le informazioni ed i dati forniti sono veritieri, solleva da ogni responsabilità civile e penale gli organizzatori della manifestazione per qualsiasi danno materiale, fisico, morale, diretto o indiretto che possa derivargli da eventuali incidenti prima, durante e dopo la Nuotata.

Prende atto, che gli organizzatori si riservano a loro insindacabile giudizio di limitare il numero dei partecipanti e di escludere dalla partecipazione uno o più iscritti. Con l'iscrizione alla manifestazione si dà il consenso al trattamento dei dati, sopra dichiarati, per l'utilizzo della manifestazione in virtù della legge sulla tutela della privacy (legge 675 del 30-12-1996).

In fede : _____ / _____ / 2019

(firma leggibile)

Per i nuotatori minorenni (minimo 12 anni compiuti) è fatto obbligo che siano tesserati presso una società sportiva agonistica o squadre affiliate ad enti di promozione sportiva di nuoto e/o triathlon. L'esibizione del tesseramento (da anticipare via mail) è obbligatorio, inoltre è richiesto un certificato di idoneità per l'attività sportiva agonistica per nuoto e/o triathlon

Il genitore deve presentarsi alla registrazione con il/la figlio/a, entrambi muniti di documento di identità. È responsabilità ed obbligo per almeno un genitore (esercitante la patria potestà), di rimanere nella zona di partenza/arrivo, fino a che il proprio/a figlio/a sarà impegnato/a nella nuotata. Non può pertanto essere iscritto anch'esso alla gara. Tale rigidità di regolamento, è stata convenuta con gli organi di salvamento e di sicurezza, al fine di garantire la massima tutela del minore .

Obbligo il consenso con l'apposizione di due firme (partecipante e un genitore).

Il sottoscritto : _____ nato a _____

il : ____ / ____ / ____ genitore di : _____

Prendo atto, accetto tutto quanto sopra dichiarato ed acconsento sotto la mia responsabilità che mio figlio/a partecipi alla manifestazione.

In fede : ____ / ____ / 2019 _____

(firma leggibile)

REGOLE GENERALI

Iscrivendosi, il nuotatore si impegna ad assumere un **comportamento** conforme ai principi di correttezza e lealtà sportiva prima, durante e dopo la manifestazione, evitando qualsiasi comportamento che possa mettere in pericolo la propria o l'altrui incolumità.

È responsabilità di ogni nuotatore presentarsi alla manifestazione in **buone condizioni fisiche** e con l'adeguato **allenamento**.

Il **doping** in qualsiasi sua forma è vietato.

L'organizzazione si riserva il diritto di sospendere e/o modificare la manifestazione per motivi e/o condizioni che, a proprio insindacabile giudizio, non permettono di garantire la sicurezza. In tal caso, la quota di iscrizione non verrà restituita.

Per i **nuotatori disabili** sono ammesse eccezioni al regolamento purché anticipatamente concordate con l'organizzazione.

CONSIGLI UTILI PER I PARTECIPANTI:

- Prepararsi adeguatamente, nuotando in piscina per una sessantina di vasche o provando il nuoto in acque libere per almeno 30 / 40 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.

REGOLAMENTO:

- Costo iscrizione:
- **25,00 € + 5,00 € di cauzione per la boa che verrà restituita a fine gara;**
- **dal 05 luglio (compreso) 30,00 € + 5,00 € di cauzione per la boa che verrà restituita a fine gara**
- I 5,00 € di cauzione verranno restituiti al banco iscrizioni alla consegna della boa agli organizzatori a fine gara.
- La quota comprende l'iscrizione ad un percorso (1,5 KM oppure 3,5 Km).
- **iscrizione alla sola staffetta: € 5,00 per ogni nuotatore.**
- Il versamento dovrà essere effettuato tramite bonifico bancario causale: "SBRACCIANDO A BAVENO 2019"
IBAN: IT47V0306945540100000003269
INTESTATO A: NATATIO MASTER TEAM asd - Corte dei Calderai 1 - 28100 Novara
Agenzia di Oleggio (NO)
- Pacco gara: integratore, gadget vari, cuffia.
- Tutti i partecipanti dovranno presentare il documento di identità e di copia del versamento della quota d'iscrizione, per il ritiro del pacco gara.
- Obbligatorio certificato medico per attività non agonistica per la 1,5 KM e staffetta e agonistica per la 3,5 KM.
- L'organizzazione, considera con l'iscrizione, l'idoneità fisica del partecipante secondo la normativa di legge prevista dal D.P.R. del 28/02/83 sulla tutela sanitaria per le attività non competitive.
- Il limite dei partecipanti è di 300, ma l'organizzazione si riserva la possibilità di modificarne il numero.
- Il tempo massimo concesso è di 150 minuti per la 3,5 Km e 75 minuti per la 1,5 Km, tempo oltre il quale il nuotatore sarà recuperato dai mezzi delle imbarcazioni di supporto.
- E' consentito l'utilizzo di mute in neoprene, obbligatorie con acqua al di sotto di 20 gradi.
- E' consentito l'uso di pinne e salvagente per i partecipanti diversamente abili.
- Il percorso sarà debitamente segnalato con grandi boe galleggianti.
- E' prevista, durante la Traversata, l'assistenza su natanti di medici, sommozzatori e personale specializzato in soccorsi
- Gli Atleti dovranno essere muniti della boa individuale di sicurezza fornita alla partenza dall'Organizzatore unita al corpo da una fettuccia; coloro che arriveranno al traguardo privi della suddetta boa saranno considerati estranei alla manifestazione.
- Ritiro pacco gara, domenica 14 luglio presso il gazebo installato a Villa Fedora di Baveno dalle ore 09.00.
- Le iscrizioni si possono effettuare tramite <https://nataacquelibere.wordpress.com>. oppure compilando il modulo di iscrizione e inviando a nata.acque.libere@gmail.com oppure consegnarlo a Sergio Brusati presso il negozio "ACQUASTORE" di Oleggio (NO).
- Inizio traversate ore 11.00, staffetta ore 15.00
- La staffetta sarà di 1.200 metri divisa in tre frazioni da 400 metri; le partenze inizieranno alle ore 14.00 .
- Verranno premiati i tre migliori team.
- Premiazioni dalle ore 16.00, classifiche disponibili entro le ore 16.00.
- l'organizzatore declina ogni responsabilità per eventuali danni e o furti all'interno del parco di Villa Fedora.
- In caso di mancata svolgimento per pessime condizioni atmosferiche o per altre gravi cause, la quota d'iscrizione sarà restituita al 50% .
- La manifestazione NON È AGONISTICA NÉ COMPETITIVA ed è organizzato per puro spirito di divertimento.
- All'arrivo sarà predisposto un pasta party per tutti gli atleti + frutta e bevande.
- Eventuali richieste di piatti di pasta (unicamente per familiari) vanno fatte al ritiro del pacco gara. Gli organizzatori rilasceranno un buono al costo di euro 2,5.
- Per le iscrizioni dei Gruppi, società sportive, gruppi di amici, ecc, si accetta ricevuta cumulativa delle quote.
- Per gruppi (obbligatorio il nome del gruppo) pari o superiori a 10 partecipanti sarà concessa 1 gratuità.

Per presa visione:

In fede : _____ / _____ / 2019

(firma leggibile)