

L'"A.S.D. GORIZIA NUOTO" organizza con il contributo del Comune di Gorizia, del Comitato regionale Fin FVG e della Regione FVG, il:

34° TROFEO DELL'EST

Settore nuoto master

VENERDI 31 maggio 2024

Settore nuoto assoluti & esordienti

SABATO 1 giugno 2024

Gare FIN Eso B-A, Ragazzi, Ass

DOMENICA 2 giugno 2024

Gare FIN Eso A, Ragazzi, Ass

PARTECIPAZIONE gare FIN

Possono partecipare gli atleti regolarmente affiliati alla FIN.

NORME COVID

Come da linee guida nel periodo di riferimento

REGOLAMENTO gare NUOTO

Gli atleti verranno suddivisi in 4 categorie per le varie classifiche e premiazioni:

Esordienti B : gare previste:

50-100 fa-do-ra-sl

Esordienti A: gare previste:

100-200 fa-do-ra-sl + 200 mix

Ragazzi: gare previste:

100-200 fa-do-ra-sl + 50sl + 200 mx

Assoluti: (Jun/Cad/Sen): gare previste:

50-100-200 fa-do-ra-sl + 200 mix

Ogni atleta può prender parte ad un massimo di 2 gare per Esordienti B e A e 4 gare per cat Ragazzi ed Assoluti, (200mt vedi TEMPO LIMITE della tabella allegata) Il costo per ogni gara è di 6 euro

che verrà interamente versato alla ASD Gorizia Nuoto in contanti o mezzo bonifico mediante iban IT31R0862212400000000648913 (copia bonifico da presentare all'accredito).

Il trofeo sarà assegnato **in base al medagliere (in caso di parità ha valore la medaglia "più giovane")**. Saranno premiati con medaglia i **primi 3 posti per categoria**. Per quanto non previsto dal presente Regolamento valgono le norme FINA e FIN.

REGOLAMENTO gare MASTER

Le gare master previste sono:

50 fa, dorso, rana, sl – 100 fa, do, ra,sl

Ogni atleta può prender parte ad un massimo di 2 gare Il costo per ogni gara è di 6 euro che verrà interamente versato alla ASD Gorizia Nuoto in contanti o mezzo bonifico mediante iban IT31R0862212400000000648913 (copia bonifico da presentare all'accredito).

Il trofeo sarà assegnato **in base al medagliere (in caso di parità ha valore la medaglia "più anziana")**. Saranno premiati con medaglia i **primi 3 posti per categoria**.



PROGRAMMA

VENERDI 31 Maggio 2024 - Giornata Master

Ore 19.15 Apertura dell'impianto;

Ore 19.30 Riscaldamento;

Ore 20.15 Inizio gare
50 SL – RA – FA - DO

PAUSA

100 SL - RA – FA - DO

Ore 22.00 Termine gare

SABATO 1 giugno 2024

Ore 13.30 Apertura dell'impianto;
Ore 14.00 Riscaldamento;
Ore 14.45 Inizio gare
metri 50 farfalla, dorso, rana, stile libero Eso B;
A seguire 200 FA – 200 DO -200RA Eso A, Ragazzi, Assoluti
A seguire 100 farfalla, dorso, rana, stile libero Eso B
Ore 19.30 Premiazioni gare;

DOMENICA 2 giugno 2024 - mattino

Ore 8.15 Apertura impianto e riscaldamento
Ore 9.15 Cerimonia d'apertura;
Ore 9.30 SFILATA moda mare e atleti
Ore 9.45 Inizio gare
200 SL Eso A, Ragazzi, Assoluti
Premiazioni
a seguire metri 50 farfalla, metri 50 dorso, metri 50 rana SOLO Assoluti
metri 50 stile libero Ragazzi e Assoluti;
200 mx Eso A, Rag, Ass
Premiazioni gare metri 50 e 200 mix;
Ore 12.00 Fine gare del mattino;

DOMENICA 2 giugno 2024 – pomeriggio

Ore 14.00 Riscaldamento;
Ore 14.45 Inizio gare metri 100 farfalla, metri 100 dorso, metri 100 rana, metri 100 stile libero Eso A, Ragazzi, Assoluti
Ore 19.30 Premiazioni finali.

ISCRIZIONI

Online dal 2 MAGGIO al 22 MAGGIO 2024
su <https://portale.federnuoto.it/>

Copia iscrizioni dovrà esser inviata ad
info@gorizianuoto.it, allegando copia pagamento.

MASTER: max 2 gare/atleta (6,00€/gara)

ESORDIENTI: max 2 gare/atleta (6,00€/gara)

ASSOLUTI: max 4 gare/atleta (6,00€/gara)

(le iscrizioni per alcune gare potranno esser
chiuse ANTICIPATAMENTE)

Iscrizioni fuori termine e senza tassa
d'iscrizione non verranno accettate.

Il Programma gare sarà definito il giorno 25/05/24
e dopo tale data non si prenderanno in
considerazione variazioni o assenze.

Non saranno ammesse variazioni sul campo di
gara.



PREMI

- **TROFEO DELL'EST** alla squadra prima classificata nuoto;
- **TROFEO DELL'EST MASTER** alla squadra prima classificata nuoto master;
- **Medaglie** (oro, argento e bronzo) ai primi tre classificati in ogni gara di tutte le discipline;
- **Coppa** (fino al 5° posto) alle squadre;

- **Miglior prestazione** assoluta maschile nuoto
- **Miglior prestazione** assoluta femminile nuoto



34° TROFEO dell'EST



1-2 giugno 2024

PISCINE COMUNALI DI GORIZIA



Special guest ?!!

Via Capodistria 8 – GORIZIA
www.gorizianuoto.com

VASCA 50 MT SCOPERTA

(mt. 50 - 8 corsie – 28° - Omega Timing)

TEMPI LIMITE

Tempi Limite	Maschi	Maschi	Maschi
200 SL	2'40"00	2'16"00	2'08"00
200 DO	2'50"00	2'33"00	2'24"00
200 RA	3'11"00	2'52"00	2'40"00
200 FA	3'05"00	2'34"00	2'24"00
200 MX	2'52"00	2'33"00	2'24"00
	ESO A	RAGAZZI	ASSOLUTI

Tempi Limite	Femmine	Femmine	Femmine
200 SL	2'50"00	2'28"00	2'22"00
200 DO	3'05"00	2'46"00	2'40"00
200 RA	3'22"00	3'07"00	3'03"00
200 FA	3'10"00	2'48"00	2'42"00
200 MX	3'08"00	2'46"00	2'40"00
	ESO A	RAGAZZI	ASSOLUTI

I RECORD DEL TROFEO DELL'EST

50 Delfino

F: Fabiola Molina 28"16 ('06) M: Lorenzo Gargani 23"67 ('21)

50 Dorso

F: Fabiola Molina 29"30 ('07) M: Simone Sabbioni 25"73 ('21)

50 Rana

F: Baker Zoe 31"27 ('08) NZEL M: Nicolò Martinenghi 28"16 ('16)

50 Stile Libero

F: Cristina Chiuso 25"66 ('08) M: Rolandas Gimbutis 22"36 (06) LIT

100 Delfino

F: Jessica Andreini 1'2"50 ('12) M: Mangabeira G. 53"75 ('07) BRA

100 Dorso

F: Rachele Qualla 1'4"00 ('10) M: Mirko di Tora 55"40 ('10)

100 Rana

F: Verona Giulia 1'10"58 M: Nicolò Martinenghi 1'2"85 ('16)

100 Stile Libero

F: Cristina Chiuso 56"35 ('06) M: Lorenzo Zazzeri 49"75 ('21)

200 Delfino

F: Caterina Bisiacchi 2'19"02 ('16) M: F. Ippolito 2'05"89 ('15)

200 Dorso

F: Dymchenko Y. 2'21"60 ('15) M: Matteo Restivo 2'00"43 ('21)

200 Rana

F: Verona Giulia 2'31"50 ('15) M: Martinenghi Nicolò 2'18"44 ('15)

200 Stile Libero

F: Federica Pellegrini 1'58"45 ('19) M: Filippo Megli 1'51"10 ('18)

200 Misti

F: Lisa Angiolini 2'21"91 ('18) M: Lorenzo Glessi 2'05"40 ('18)