

Circuito "SONO PRONTO"

La SdA Nuoto UISP Bologna indice e organizza un circuito di gare riservato alla categoria Esordienti C ed esordienti B1 con l'obiettivo di fare in modo che i giovani atleti si impegnino a nuotare tutti e 4 gli stili. Il circuito prevede 5 tappe durante l'anno con eventi "in crescita" durante la stagione.

CATEGORIE

ESORDIENTI C: maschi 2016 / femmine 2017

ESORDIENTI B1: maschi 2015 / femmine 2016

REGOLAMENTO

ESORDIENTI C

Il circuito per gli Esordienti C è composto di 5 tappe così suddivise:

1° tappa: 25 FA 25 DO 25 RA 25 SL (NOVEMBRE)

2° tappa: 25 FA 25 DO 25 RA 25 SL (DICEMBRE)

3° tappa "Mi Metto alla Prova!": 25 FA 25-50 DO 25 RA 25-50 SL 100 MX (FEBBRAIO)

4° tappa "TROFEO CESARI": 25 FA 50 DO 25 RA 50 SL 100 MX (APRILE)

5° tappa "Mi Rimetto alla Prova!": 25 FA 25-50 DO 25 RA 25-50 SL 100 MX (MAGGIO)

Per ottenere "SONO PRONTO" un atleta deve aver partecipato almeno una volta a tutte le seguenti prove:

25 FA	25 DO	25 RA	25 SL	100 MX
	50 DO		50 SL	

ESORDIENTI B1

Il circuito per gli Esordienti B1 è composto di 5 tappe così suddivise:

1° tappa: 50 FA 50 DO 50 RA 50 SL (NOVEMBRE)

2° tappa: 50 FA 50 DO 50 RA 50 SL (DICEMBRE)

3° tappa "Mi Metto alla Prova!": 50 FA 50-100 DO 50 RA 50-100 SL 100 MX (FEBBRAIO)

4° tappa "TROFEO CESARI": 50 FA 100 DO 50 RA 100 SL 100 MX (APRILE)

5° tappa "Mi Rimetto alla Prova!": 50 FA 50-100 DO 50 RA 50-100 SL 100 MX (MAGGIO)

Per ottenere "SONO PRONTO" un atleta deve aver partecipato almeno una volta a tutte le seguenti prove:

50 FA	50 DO	50 RA	50 SL	100 MX
	100 DO		100 SL	

CIRCUITO “SONO PREPARATO”

La SdA Nuoto UISP Bologna organizza la fase di qualificazione per le finali in calendario regionale, manifestazione agonistica riservata ad atleti regolarmente tesserati UISP per l'anno sportivo 2024-2025 e contemporaneamente un circuito per il quale i ragazzi debbano dimostrare di essere **“Pronti ad andare avanti”**. Il passo successivo al “Sono Pronto” è **“Sono PReparato (SPR)”**.

La classifica SPR include una serie di gare su distanze più lunghe rispetto al “Sono Pronto”.

Una volta completato il programma SPR, puoi scoprire dove si colloca il tuo punteggio a livello provinciale.

CATEGORIE

ESORDIENTI B2, A1, A2 - CATEGORIA R14M, R1, R2

REGOLAMENTO

Il circuito è composto di 4 prove così suddivise:

1° PROVA: entro novembre 2024 ES. A e Categoria insieme; ES. B2 con C e B1

2° PROVA: entro dicembre 2024 ES. A e Categoria insieme; ES. B2 con C e B1

3° PROVA: entro febbraio 2025 per ES. B2/A e Categoria

4° PROVA: entro marzo 2025 per ES. B2/A e Categoria

Per ottenere “Sono PReparato” un atleta deve aver partecipato almeno una volta a tutte le seguenti prove:

ESORDIENTI B2

50 FA	100 DO	50 RA	100 SL	200 MX
-------	--------	-------	--------	--------

ESORDIENTI A1 - ESORDIENTI A2

50 FA	100 DO	50 RA	100 SL	200 SL	200 MX
-------	--------	-------	--------	--------	--------

CATEGORIA R14 MASCHI - CATEGORIA R1

100 FA	100 DO	100 RA	100 SL	200 SL	200 MX
--------	--------	--------	--------	--------	--------

CATEGORIA R2

100 FA	100 DO	100 RA	100 SL	400 SL	200 MX
--------	--------	--------	--------	--------	--------

2° PROVA

Domenica 15 dicembre 2024

Piscina "M.L. King" di Casalecchio di Reno (Via dello Sport 13)

Accesso all'impianto ore 13:30

Riscaldamento Esordienti C ore 13:40

Riscaldamento Esordienti B ore 14:00

Inizio Gare ore 14:30

Il programma gara avrà il seguente svolgimento:

2° PROVA (max 4 gare individuali + 2 staffette per ogni atleta)						
ESORDIENTI C	25 FA	25 DO	25 RA	25 SL	4x25 MX F/M	4x25 SL F/M
ESORDIENTI B1 e B2	50 FA	50 DO	50 RA	50 SL	4x50 MX F/M	4x50 SL F/M

ISCRIZIONI

Ogni atleta potrà partecipare ad un **massimo di 4 gare individuali + 2 staffette**.

Ogni società potrà iscrivere un numero illimitato di staffette.

Le iscrizioni dovranno essere effettuate tramite portale UISP **entro domenica 01 dicembre 2024**.

La tassa di iscrizione è fissata in **€ 5,00 (cinque)** per la singola gara, in **€ 9,00 (nove)** per ogni atleta iscritto in 2 (due) gare, in **€ 13,00 (tredici)** per ogni atleta iscritto in 3 (tre) gare, in **€ 16,00 (sedici)** per ogni atleta iscritto in 4 (quattro) gare e in **€ 8,00 (otto)** per ogni staffetta.

Le tasse di iscrizione dovranno pervenire **entro mercoledì 04 dicembre 2024** tramite bonifico a:

Comitato Territoriale di Bologna

Banca INTESA SAN PAOLO

IBAN: IT 34 S 0306909606100000008106

Causale: **Tassa gara 2° PROVA SONO PRONTO – nome società**

NOTA BENE: la copia del bonifico deve essere inviata a: nuoto@uispbologna.it

Non verranno accettati pagamenti con assegno o contanti alla segreteria di gara