

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
--------	--------	--------	--------	--------	--------

1° PROVA

Domenica 17 novembre 2024 Piscina "Paolo Gori" di Pianoro (Via dello Sport 4)

Accesso all'impianto ore 16:45

Riscaldamento Esordienti A ore 17:00

Riscaldamento Ragazzi ore 17:20

Inizio Gare ore 17:45

Il programma gara avrà il seguente svolgimento:

1° PROVA (<u>max 4 gare individuali + 2 staffette per ogni atleta</u>)						
ESORDIENTI A1 e A2	50 FA	100 DO	100 RA	50 SL	4x50 MX/mixed	4x50 SL/mixed
RAGAZZI	50 FA	100 DO	100 RA	50 SL	4x50 MX/mixed	4x50 SL/mixed

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 venerdì 01 novembre 2024**.

La tassa di iscrizione è fissata in **€ 5,00 (cinque)** per ogni 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 lunedì 04 novembre 2024** tramite bonifico a:

Comitato Territoriale di Bologna

Banca INTESA SAN PAOLO

IBAN: IT 34 S 030690960610000008106

Causale: Tassa gara 1° PROVA SONO PREPARATO – 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