



Comitato Regionale Toscana

in collaborazione con la società



organizza il

# **CAMPIONATO REGIONALE TOSCANO di Mezzofondo Sprint , Mezzofondo e di Fondo in acque libere**



**X° Trofeo "Pegaso"  
*Agonisti e Master***

**m1852/m2510  
Km 5/staffetta 4x100 m**

**13-14 giugno 2026  
Piombino (LI) - spiaggia Piazza Bovi**

### **PROGRAMMA sabato 14 Giugno mattina gara m 2510**

07:30 – Ritrovo atleti (Villaggio gara – Piazza Bovio)

07:30 – 08:45 – Punzonatura 0

9:00 – Riunione tecnica e imbarco giudici

09:10 – Presentazione atleti

09:15 – 09:29 – Accesso alla zona partenza

**09:30: Partenza gara m 2510 Agonisti** (Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores) e **Master**

11:00 – 11:30 – Cerimonia di premiazione

### **PROGRAMMA sabato 14 giugno pomeriggio gara Miglio**

13:30 – Ritrovo atleti

13:30 – 14:30 – Punzonatura

15:00 – Riunione tecnica e imbarco giudici

15:10 – Presentazione atleti

15:15 – 15:29 – Accesso alla zona partenza

**15:30: Partenza gara m 1852 Agonisti** (Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores) e **Master**

17:00 – Cerimonia di premiazione

### **PROGRAMMA domenica mattina gara 5 km**

07:00 – Ritrovo atleti

07:00 – 08:15 – Punzonatura

08:30 – Riunione tecnica e imbarco giudici

08:40 – Presentazione atleti

08:45 – 08:59 – Accesso alla zona partenza

**09:00: Partenza gara Km 5 Agonisti** (Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores) e **Master**

11:30 – Cerimonia di premiazione

### **PROGRAMMA domenica pomeriggio gara 4x1000m**

13:00 – Ritrovo atleti

13:00 – 14:15 – Punzonatura

14:30 – Riunione tecnica e imbarco giudici

14:40 – Presentazione squadre

14:45 – 14:59 – Accesso alla zona partenza

**15:00 – Partenza staffetta 4x1000 m**

17:30 – Cerimonia di premiazione

### **REGOLAMENTO**

Alla manifestazione, valida come **Campionato Regionale Toscano di mezzofondo e fondo in acque libere** nonché **10° Trofeo “Pegaso”**, potranno partecipare gli atleti (Agonisti e Master) regolarmente tesserati F.I.N. per la stagione 2025/2026 ed in regola con le vigenti normative sportive sanitarie nazionali provenienti anche da altre Regioni con specifica esclusione di atleti del settore Propaganda, Esordienti “A” ed esordienti “B”

La prova del **mezzofondo sprint** si disputerà sulla distanza del **miglio marino** e sarà riservata alla categoria, **RAGAZZI** (femmine nate 2012/2013; maschi nati 2010/2011/2012), **JUNIOR** (premiati per categoria), **CADETTI** (premiati per categoria), **ASSOLUTI** (premiati per categoria) e **MASTER** (M-20-M25-M30-M35- M40-M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M95-M100)

La prova di **Mezzofondo** si disputerà sulla distanza di **m 2510** e sarà riservata alla categoria **RAGAZZI** (femmine nate 2012/2013; maschi nati 2010/2011/2012), **JUNIOR** (premiati per categoria), **CADETTI** (premiati per categoria), **ASSOLUTI** (premiati per categoria) **MASTER** (M20-M25-M30-M35- M40-M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M95-M100).

La prova di **Fondo** si disputerà sulla distanza di **Km 5** e sarà riservata alle categorie **RAGAZZI** (femmine nate 2012/2013; maschi nati 2010/2011/2012) **JUNIORES** (premiati per categoria), **CADETTI** (premiati per categoria), **SENIORES** (premiati per categoria) e **MASTER** (M20-M25-M30-M35-M40- M45-M50-M55-M60-M65-M70-M75-M80-M85-M90-M100).

La prova della **staffetta** si disputerà sulla distanza **4x1000** m dove ogni squadra potrà iscrivere una sola compagine composta da 2 femmine e 2 maschi nelle seguenti categorie Agonisti RAGAZZI – JUNIORES – UNICA (comprensiva della categoria cadetti e senior) , mentre per i MASTER ogni squadra potrà presentare una compagine composta da 2 femmine e 2 maschi, nelle seguenti categorie 100-119 /120-159/ 160-199/200-239/ 240-279/ 280-319.

Il percorso prevede la disputa di un circuito delimitato da boe e si sviluppa in una sorta di rettangolo.

### PREMIAZIONI

Ogni atleta partecipante riceverà un gadget ricordo della manifestazione.

Le premiazioni per il *Campionato Regionale Toscano in acque libere Agonisti e Master saranno effettuate* come segue:

### **AGONISTI:**

- Ragazzi maschi: primi 3 classificati dei primi due anni (in classifica unica 2011/2012)
- Ragazzi maschi: primi 3 classificati del terzo anno (2010)
- Ragazzi femmine: prime 3 classificate anno 2012
- Ragazzi femmine: prime 3 classificate anno 2013
- Juniores: prime 3 classificate di categoria femmine e primi 3 classificati di categoria maschi
- Cadetti: prime 3 classificate di categoria femmine e primi 3 classificati di categoria maschi
- Seniores: prime 3 classificate di categoria femmine e primi 3 classificati di categoria maschi

### **MASTER:**

- Primi tre atlete femmine e primi tre atleti maschi per categoria (come riportato sopra).

Nel caso che nelle prime tre posizioni ci siano atleti extra-regione saranno effettuate due premiazioni, una riservata agli atleti toscani ed una riservata a quelli provenienti da fuori Regione (sia per gli Agonisti che per i Master)

### **SOCIETA:**

**Verranno premiate le prime 3 società Toscane che avranno raggiunto il miglior punteggio complessivo tra le categorie agonisti e master, inoltre verrà premiata la prima società extraregionale che raggiungerà il miglior punteggio complessivo.**

### ISCRIZIONI AGONISTI e MASTER

Le iscrizioni dovranno essere effettuate con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23,45 di domenica 07 giugno 2026.**

Il costo delle iscrizioni (€ 17,00 per la gara di mezzofondo sprint, € 22,00 per la gara di mezzofondo di m 2510; € 27,00 per la gara di fondo di Km 5; € 40,00 per la staffetta 4x1000). La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

*La tassa gara non verrà restituita in caso di assenza o mancata partecipazione.*

*In caso di annullamento della manifestazione a causa di avverse condizioni meteo marine, verrà restituito il 50% della quota versata, la restante somma sarà trattenuta dal Comitato Regionale per le spese comunque sostenute.*

## BRIEFING e PUNZONATURA

I nuotatori al momento della punzonatura, che sarà fatta a cura del G.U.G, saranno preventivamente informati del numero della propria batteria e del proprio numero di partenza prima dell'arrivo in camera di briefing. La chiamata verrà fatta con microfono o megafono. Durante la spiegazione del percorso i giudici di gara procederanno al controllo della numerazione. Appena terminata detta procedura, i nuotatori prenderanno posizione in acqua sull'apposita linea di partenza.

## CRONOMETRAGGIO

Il servizio di cronometraggio sarà effettuato con i chip da polso che saranno consegnati prima della partenza e dovranno essere riconsegnati al momento dell'arrivo agli addetti presenti.

## ARRIVO

Gli atleti appena arrivati, dovranno restituire i chip di cronometraggio a personale presente all'arrivo e non potranno sostare nell'area di lavoro.

## INFO LOGISTICHE

Il luogo della gara si trova presso la spiaggia di **Piazza Bovio a Piombino (LI)**.

Recapiti Telefonici:

- F.I.N. Comitato Regionale Toscano: 0556505282 (mail: [nuoto.toscana@federnuoto.it](mailto:nuoto.toscana@federnuoto.it))
- Responsabile Pampana Samuele: 331 3634366 (mail: [pampana.samuele@gmail.com](mailto:pampana.samuele@gmail.com))

Eventuali ulteriori informazioni in merito saranno tempestivamente fornite tramite il sito regionale ([www.federnuoto.toscana.it](http://www.federnuoto.toscana.it)) o al responsabile della manifestazione Pampana Samuele

## **PERCORSO GARA MEZZOFONDO SPRINT M 1852 - 1 GIRO**



## PERCORSO GARA MEZZOFONDO m 2510 2 GIRI



## PERCORSO GARA FONDO Km 5 - 3 GIRI



# PERCORSO GARA STAFFETTA 4X100mt

