

Criterium INVERNALE di Fitness in acqua 2019 TORINO

Competizioni in acqua alta e in acqua bassa, 2-3 Marzo 2019

La Federazione Italiana Nuoto ha pianificato anche per la stagione in corso il Criterium Invernale di fitness in acqua, in programma nei giorni 2 e 3 Marzo p.v. a Torino presso la Piscina Comunale di Grugliasco C.so Torino ,82 Grugliasco (Acqua Alta) e Piscina Sempione di Torino V.Gottardo, 10 Torino (Acqua Bassa).

Durante le manifestazioni precedenti si è potuto osservare il confronto tra squadre provenienti da tutta Italia, sempre più preparate, coinvolte e interessate nel partecipare a tali raduni, quali momenti di aggregazione e competizione a loro dedicati e per i quali la FIN sta portando avanti questo specifico settore.

La partecipazione alla manifestazione è aperta ed accessibile a tutti e per aderire sarà necessario creare uno o più Team di 6-8 componenti aventi minimo 18 anni al momento dell'iscrizione e con tesseramento al Settore Propaganda e/o Master per l'anno in corso. Le squadre partecipanti dovranno presentare un "responsabile" team, il quale potrà essere anche un partecipante alla competizione. Le squadre dovranno presentare la musica dell'esercizio di gara inviando **entro 1 settimana** dall'inizio gare un FILE MP3 o formato Wave al seguente indirizzo mail : **fitness@federnuoto.it**

identificabile con il nome della squadra seguendo l'esempio di seguito riportato:

- società "X" squadra A
- gara in Acqua Alta
- tipologia musica: *commerciale pop bpm 135 + mix Hip Hop bpm 95*

Le Società Sportive che prenderanno parte al Criterium partecipando ad entrambe le competizioni sia in acqua alta che acqua bassa con minimo 1 Team per ogni tipologia di gara, prenderanno parte anche ad una Classifica di Società (in caso di partecipazione con più team ad una o entrambe le gare verrà considerata solo la somma del punteggio più alto ottenuto in entrambe le classifiche).

Per ogni utile informazione al riguardo si rinvia ai regolamenti tecnici aggiornati 2019 disponibili sul sito www.federnuoto.it

Per effettuare l'iscrizione effettiva al Criterium di Fitness in acqua sarà necessario effettuare la seguente procedura:

- 1) effettuare il versamento di € 60,00 per ciascun Team sul ccp 73831349 intestato a FIN Roma o tramite bonifico bancario IBAN IT23Z0100503309000000010118 BNL C.O.N.I. ROMA causale: Nome Società + iscrizione Criterium Fitness 2-3 Marzo 2019
- 2) inoltrare un fax al numero 06/36200032 con copia del versamento ed elenco dei partecipanti (già tesserati al settore propaganda per l'anno sportivo in corso), entro e il 24° febbraio 2019.

Per ulteriori informazioni, Vi invitiamo a contattare l'ufficio S.I.T.-F.I.N., tel 06/36200022-441.

PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE

Programma della manifestazione: "Competizioni in acqua alta"

Piscina Comunale di Grugliasco, C.so Torino 82 a Grugliasco

Sabato 2 Marzo

17,00 Accettazione squadre partecipanti e Sorteggio ordine gara
17,30-18,30 Riscaldamento pre-gara
18,30-19,30 Competizioni di fitness in acqua
19,30 Premiazione Competizioni Acqua Alta
20,30 **Cena a buffet presso il RISTORANTE PAUSA CAFE' adiacente alla piscina**

il costo del Buffet è di € 20,00 che verranno saldati direttamente sul posto, mentre la prenotazione è obbligatoria e va effettuata entro e non oltre il 24 febbraio 2019 tramite email all'indirizzo m.salvetti@rarinantestorino.com

Indicazioni stradali per la Piscina Comunale di Grugliasco C.so Torino,82 Grugliasco

- Per chi arriva dalla Valle d'Aosta o da Milano tramite autostrada prendere la tangenziale direz. Sud uscire C.so Allamano e proseguire per circa 3 km svoltare in V.L.Da Vinci dopo 1 km circa si troverà l'impianto sulla sinistra.
- Per chi arriva dall'autostrada Savona - Torino e dalla Piacenza - Torino prendere la tangenziale in direzione Nord (Milano) C.so Allamano poi seguire le indicazioni precedenti.

Per la sistemazione alberghiera

Hotel situato nelle vicinanze dell'impianto sportivo dista a circa 1,5 Km:

HOTEL TULIP INN

Corso Canonico Giuseppe Allamano, 153, 10098 Rivoli TO

Telefono: [011 951 7811](tel:0119517811)

Programma della manifestazione: "Competizioni in acqua bassa"

Piscina Comunale Sempione, Via Gottardo 10 (TO).

Domenica 03 marzo 2019

09,15 Sorteggio ordine gara
09,30-11,00 Accettazione squadre partecipanti
09,45,11,15 Riscaldamento pre-gara
11,30-15,00 Competizioni di fitness in acqua
15,15 Premiazioni Competizioni Acqua Bassa e Premiazione Classifica di Società

Indicazioni stradali per la Piscina Sempione, Via Gottardo 10, Torino

- Per chi arriva dalla Valle d'Aosta o da Milano tramite autostrada prendere la tangenziale uscire per Caselle Aeroporto e prendere direzione per Torino. Dopo 2 km circa di superstrada, prendere l'uscita per la "BARRIERA di MILANO". Dopo un'ampia curva immissione in C.so Grosseto e seguire le indicazioni sulla piantina.
- Per chi arriva dall'autostrada Savona - Torino e dalla Piacenza - Torino prendere la tangenziale in direzione Nord (Milano) ed uscire per Caselle Aeroporto (sono circa 20 km) poi seguire le indicazioni precedenti.
- Per chi arriva con il treno: dalla stazione di *Torino Porta Nuova* prendere la linea n. 1 (tram) direzione Porta Susa fino alla stazione di Torino porta Susa scendere e prendere il bus n. 46 direzione Nord e scendere alla fermata C.so Vercelli angolo Via Porpora. Dalla stazione di *Torino Porta Susa* prendere il bus n. 46 direzione Nord e scendere alla fermata C.so Vercelli angolo Via Porpora.

Per la sistemazione alberghiera

Hotel situato nelle vicinanze dell'impianto sportivo dista a circa 1,5 Km:

NOVO HOTEL

Corso Giulio Cesare 338/34 10154 TORINO ITALY

Tel: [\(+39\)011/2601211](tel:+390112601211) Fax: (+39)011/200574

Per ulteriori informazioni sulla manifestazione Vi invitiamo a contattare l'ufficio S.I.T.- F.I.N., tel 06/36200022-441

N.B. Il programma della manifestazione in oggetto potrebbe subire variazioni conseguentemente al numero di squadre partecipanti.