



A.S.D.  
NUOTATORI  
RIVAROLESI



# NUOTA E CORRI

SULLA RIVIERA DEL BEIGUA



Venerdì 6 Luglio 2018

## STAFFETTA NUOTO + CORSA

2 x 750 NUOTO + 5.5 CORSA  
partenza ore 19.00 Club Velico Cogoleto

alle ore 18.00

### MINI AQUATHLON

per i ragazzi nati dal 2005 in poi

Le associazioni **Nuotatori Rivarolesi**, **GS Aragno**, **SMS Pescatori Prà** e **Zena Tri Team**, con il sostegno di UISP Genova, organizzano la tradizionale staffetta costituita da 2 frazioni a nuoto e 1 frazione di corsa con svolgimento nello spazio acqueo antistante il Club Velico Cogoleto e sulla passeggiata Lungomare di Cogoleto.

Al termine della gara verrà offerto a tutti i partecipanti un buffet. In caso di condizioni marine avverse, giudicate dagli organizzatori tali da mettere a repentaglio la sicurezza dei partecipanti, la manifestazione verrà annullata.

#### ORGANIZZAZIONE E CONTATTI

[www.aragnorivarolesi.it](http://www.aragnorivarolesi.it) – [rivarolesi@tiscali.it](mailto:rivarolesi@tiscali.it)

Cristiano Novelli +39.347.4765050 - Lorenzo Spera +39.335.8312226 - Segreteria +39.333.67.77.952

CON IL PATROCINIO DI





A.S.D.  
NUOTATORI  
RIVAROLESI



## REGOLAMENTO

È consentita la partecipazione di atleti con regolare tesseramento agonistico per qualunque federazione sportiva riconosciuta dal CONI, nonché tesserati a Enti sportivi riconosciuti dal CONI o di soggetti senza tesseramento. È richiesto di esibire la tessera federale in corso di validità oppure, per chi non ne sia in possesso, un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica IN MANCANZA DEL QUALE NON SARÀ POSSIBILE PRENDERE PARTE ALLA MANIFESTAZIONE.

La gara si compone di 3 frazioni, di cui le prime 2, della distanza di 750 metri l'una, dovranno essere coperte a nuoto lungo un percorso parallelo alla spiaggia delimitato da boe e l'ultima da percorrere a piedi su un tracciato di andata e ritorno lungo la passeggiata a mare di Cogoleto (distanza 5,5 Km).

I cambi tra un frazionista e il successivo verranno effettuati in un'area appositamente delimitata sulla riva del mare.

Un partecipante potrà percorrere una o più frazioni, anche non consecutive. Può essere coperto da un solo atleta anche l'intero percorso di gara.

## CATEGORIE

Staffetta maschile, Staffetta femminile, Staffetta mista, Individuale maschile, Individuale femminile

## PREMI

Verranno premiati: 1) le prime tre staffette classificate per ognuna delle categorie maschile, femminile, mista. 2) primi tre maschi e femmine individuali. 3) al più giovane e al meno giovane che concluderanno regolarmente la gara verrà attribuita la COPPA CRISTOFORO COLOMBO.

## ISCRIZIONI

Le staffette e i partecipanti individuali potranno pre-iscriversi entro mercoledì 4 luglio scaricando l'apposito modulo dal sito [www.nuotatorivarolesi.com](http://www.nuotatorivarolesi.com) e inviandolo via mail a [rivarolesi@tiscali.it](mailto:rivarolesi@tiscali.it)

È possibile iscriversi anche il giorno della gara dalle 17.00 alle 18.30.

Chi intendesse partecipare come frazionista ma non disponesse di compagni di squadra in numero idoneo, potrà pre-iscriversi entro mercoledì 4 luglio e sarà cura degli organizzatori costituire formazioni di staffetta da tre concorrenti.

## QUOTA DI ISCRIZIONE

10 euro per chi corre una frazione

12 euro per chi corre due frazioni

15 euro per gli individuali

PER GARANTIRE IL CORRETTO SVOLGIMENTO DELLA MANIFESTAZIONE SARANNO ACCETTATE SOLO LE PRIME 150 ISCRIZIONI, PERTANTO È FORTEMENTE CONSIGLIATA LA PRE-ISCRIZIONE VIA EMAIL.

In ogni caso il pagamento è previsto sul campo di gara.

## CRONOMETRAGGIO, GIURIA E ASSISTENZA

A cura delle società organizzatrici. È previsto il supporto di imbarcazioni di appoggio a remi e a motore, nonché l'assistenza sanitaria con medico di gara e autoambulanza attrezzata.

## MINIAQUATHLON

Competizione promozionale (corsa + nuoto + corsa, a staffetta o individuale) riservata a bambinbi e ragazzi nati dal 2005 in poi.

Per la partecipazione all'evento, organizzato con la collaborazione di ZENA TRI TEAM, sarà sufficiente un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica. Non sono previste graduatorie, verranno premiati tutti i partecipanti.

Le distanze di percorrenza verranno definite sul campo di gara in base a numero ed età dei partecipanti. L'iscrizione sul campo gara sarà possibile tra le 16.30 e le 17.30

## CON IL PATROCINIO DI



REGIONE LIGURIA



Comune di Cogoleto



Parco del Beigua  
UNESCO Global Geopark