

StaffettOna della Befana

Gorla Piscina e Palestra

6 Gennaio 2026

REGOLAMENTO

- 1) La manifestazione consiste in una staffetta a squadre non competitiva.
- 2) Ogni squadra partecipante potrà essere composta da un numero **minimo di 6** fino ad un **massimo di 12** nuotatori.
- 3) Ogni nuotatore dovrà dare il cambio al compagno ogni **100 metri** percorsi e potrà percorrere 100 metri più volte nel tempo massimo assegnato (cfr punto 4) alla squadra.
- 4) Ogni squadra avrà a disposizione **55 minuti** per compiere la maggior distanza possibile
- 5) La partecipazione è aperta a nuotatori di qualsiasi età; le squadre possono essere composte da atleti di ogni genere.
- 6) Ogni squadra avrà a disposizione una corsia per tutta la durata della propria staffetta e potrà effettuare la propria prova una sola volta.
- 7) Sarà calcolata la percorrenza di squadra ad ogni compagine partecipante e ne verrà attestata la distanza. Il calcolo delle vasche sarà a carico di giudici conta vasche ed il loro conteggio sarà insindacabile. Allo scadere dei 55 minuti non verranno conteggiate eventuali percorrenze parziali.
- 8) La manifestazione avrà inizio alle ore 9:00 e terminerà alle ore 18:00.
- 9) Ogni squadra ha facoltà di scegliere l'orario più congeniale in base alla disponibilità indicata sulla griglia (vedere profilo facebook "**Staffettona della Befana**").
La disponibilità delle corsie in ogni fascia oraria è subordinata all'ordine di iscrizione. La squadra che si iscrive per prima, avrà a disposizione più scelta. Le altre squadre dovranno adeguarsi agli spazi ed agli orari disponibili.
- 10) Gli atleti con disabilità partecipanti alla manifestazione, avranno a disposizione una corsia laterale per facilitare l'entrata e l'uscita dall'acqua.
- 11) Verranno premiate, subito dopo il termine della manifestazione, le seguenti categorie:
 - nuotatore che avrà indovinato, o si sarà avvicinato, al **totale dei km percorsi**,
 - squadra **dall'età media più bassa**,
 - squadra **dall'età media più alta**,
 - squadra composta da atleti **agonisti** che avrà compiuto il maggior numero di metri,
 - squadra composta da atleti **master** che avrà compiuto il maggior numero di metri,
 - squadra composta da **amatori** che avrà compiuto il maggior numero di metri.
- 12) Saranno presenti gli addetti di primo soccorso per garantire assistenza sanitaria.
- 13) È consentito l'utilizzo di costumi tecnici e non tecnici, cuffia e occhialini.
Non sono consentite altre attrezzature e supporti. Unica eccezione è l'utilizzo del "pull buoy" per atleti con forti disabilità che ne facciano richiesta.
- 14) Sarà possibile iscriversi tramite il link www.spatangus.it/staffettona
Dopo l'invio del modulo di iscrizione gli iscritti riceveranno una mail con la conferma di partecipazione.
La quota di iscrizione è di **€15,00** per ogni atleta partecipante dovrà essere versata sul Conto Arancio **IT21D0347501605000317921096** (intestato a Cristina De Tullio) indicando nella causale "StaffettOna + nome squadra o nome atleta.
- 15) Ogni squadra dovrà nominare un **capitano** che sarà **referente** per eventuali informazioni sulla **squadra** e che **sceglierà**, in base alle disponibilità, **l'orario prescelto** per lo svolgimento della propria staffetta.
La conferma dell'avvenuta iscrizione nell'orario prescelto avverrà via mail da parte degli organizzatori al capitano. Il capitano potrà effettuare eventuali cambi o sostituzioni contattando direttamente gli organizzatori ai riferimenti indicati nella mail di conferma squadra. Solo il capitano farà l'accredito il giorno della staffetta
- 16) Le **iscrizioni** dovranno essere effettuate **entro** il termine del **29 dicembre 2025**.
- 17) Si raccomanda a tutti i partecipanti di presentarsi almeno mezz'ora prima dell'inizio della propria prova.
- 18) Per quanto non elencato nel presente regolamento, si rimanda al regolamento di "Gorla Piscina e Palestra"

IMPIANTO OSPITANTE: Gorla Piscina e Palestra, Piazza dello Sport 10, 21055 Gorla Minore (VA) -
Telefono: 0331 1131903

INFORMAZIONI MANIFESTAZIONE: staffettonadellabefana@gmail.com - 339 8171365