



**-IV[^] COPPA PULastilelibero.it –
PULA 18 GIUGNO 2016**

con la collaborazione tecnica della Pro Loco di Pula del Circolo Velico Porto d'Agumu e dell'associazione culturale astilelibero.it



astilelibero.it



La competizione si fregia del riconoscimento della FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO come tappa del Campionato Italiano MEZZO FONDO 2016.

La manifestazione rappresenta anche la seconda Tappa regionale del circuito F.I.N. SARDEGNA e la terza di quello N.A.L.S. (nuoto Acque Libere in Sardegna) 2016.

La gara si snoderà su un percorso di 3,8 km circa con partenza dalla spiaggia di Nora fronte chiesa S.Efisio e arrivo spiaggia di Agumu passando fronte scavi romani e isola di Coltellazzo salvaguardando rigorosamente le distanze di 200 metri stabilite a tutela della zona archeologica di Nora.

REGOLAMENTO

Possono partecipare tutti gli atleti in regola con il tesseramento F.I.N. 2015-2016 agonistico master e propaganda.

- Distanza di gara: 3,8 Km circa.**
- Tassa Gara 1: € 15,00 con bonifico a ATLANTIDE
IBAN IT50Y0200841230000401284317.**
- Tassa Gara 2 (Coppa PulaAstilelibero.it 3,8 Km del
18 giugno + 3000 Sotto la Torre 3 Km 27/08/16
Torre delle Stelle): € 25,00**
- Iscrizioni: a partire dal 1 Maggio 2016 ed entro
sabato 11/06/2016 on line sul sito
www.centrosportivoatlantide.it e quindi inviare
copia del bonifico via mail a
presidenza.atlantide@hotmail.it oppure entro le
stesse date mediante iscrizione diretta presso
Centro Sportivo Atlantide via Sante Cettolini n.
10 Elmas dalle ore 8.30 alle ore 22.00**
- Ritrovo concorrenti: ore 08.30 spiaggia Nora**
- Partenza: ore 10.00**
- Arrivo: corsia lancia barche Circolo Velico Porto
d'Agumu spiaggia di Nora.**
- Tempo massimo degli arrivi: nessuno.**

- **Premiazioni: ore 12.00 circa c/o Sede Circolo Velico Agumu**
- **Servizio di giuria a cura del Comitato Regionale F.I.N.**
- **Servizio di cronometraggio a cura della F.I.C.R. sede di Cagliari.**
- **Servizio di assistenza e soccorso a cura dell'organizzazione.**
- **Come da regolamento federale NON E' CONSENTITO L'USO DELLA MUTA.**

Per quanto non contemplato si rimanda ai Requisiti Minimi di Regolamento Tecnico Generale 2016 della F.I.N.

La gara è inserita nel calendario del Gran Prix di Fondo F.I.N. 2015 ne rispetta il regolamento disponibile sul sito www.federnuoto.it . La manifestazione è inoltre Tappa Circuito FIN regionale e Tappa del circuito 2016 Nuoto Acque Libere Sardegna 2016 (www.nalsardegna.org)

MODALITA' ORGANIZZATIVE

- **L'accredito degli iscritti, l'assegnazione del numero di gara ed il **ritiro della cuffia e del pacco gara** potrà essere formalizzato presso la segreteria dell'organizzazione nel CENTRO SPORTIVO ATLANTIDE di Via SANTE CETTOLINI N.10 **dal 13 al 16 GIUGNO** dalle 8.30 alle 22. Solo le società e gli iscritti provenienti da sedi diverse da Cagliari e dello stretto hinterland cagliaritano potranno procedere all'accredito un ora prima della partenza.**
- **Ogni concorrente dovrà utilizzare la cuffia numerata fornita dall'organizzazione.**
- **Un'ora e mezza prima della partenza avverrà il riconoscimento degli atleti che dovranno **esibire la tessera federale** (la categoria propaganda anche il certificato medico agonistico) e la cuffia numerata. Il numero di gara sarà riportato anche sulle braccia.**
- **All'arrivo sarà disponibile un ristoro a cura della organizzazione**

PREMI

- **Generale maschile e femminile (primi tre classificati);**
- **Tesserati F.I.N. Agonisti Assoluti Maschile e Femminile (primi tre classificati) e categorie Esordienti A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Maschile e Femminile (primi tre classificati);**
- **Tesserati F.I.N. Master e Propaganda under 30, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85, M90 maschile e femminile (primi tre classificati);**