



INVITO

40. MEETING INTERNAZIONALE DEL CERESIO

- Luogo : Lugano, Piscina coperta comunale
Viale Castagnola, 6900 Lugano, tel. +41 58 866.68.80
- Data : **sabato 12 , domenica 13 gennaio 2019**
- Installazione : piscina 25m., 6 corsie, 25 gradi
Cronometraggio automatico – OMEGA “Quantum”
Tabellone elettronico / Vasca omologata norme FSN
- Giudici Arbitro : Luca Bacchetta, Glauco Canavese
- Starter : Giulio Noccioli, Renata Coda
- Organizzazione : LUGANO NUOTO
- Giuria : membri LUG
- Programma (soggetto a possibili modifiche in base al Numero d iscritti) : sabato 12.01.2019
Inizio finali: ore 15.30
Ore 07.30 piscina a disposizione
Ore 08.30 riunione giuria
Ore 09.00 inizio eliminatorie
- Domenica 13.01.2019
Inizio finali: ore 15.00
Gli orari del mattino sono identici a quelli di sabato
- Programma tecnico : allegato alla presente
- ISCRIZIONI** : con il formulario apposito (o via computer/form.LENEX)
entro **sabato 29 dicembre 2018** all'indirizzo seguente:

meeting@luganonuoto.ch

**Lugano Nuoto
Cp 6355
6901 Lugano**



LIMITAZIONI

: 4 GARE INDIVIDUALI (2 al giorno) + STAFFETTA (1 per squadra)
Per quanto riguarda i 400 s.l e i 200 s.l. verranno presi in considerazione unicamente i primi 36 tempi.
I tempi dovranno essere ufficiali .
In caso di rifiuto, verrà data la possibilità di iscriversi ad un'altra gara.
Raggiunti i 400 partecipanti le iscrizioni verranno chiuse.
Limitazioni: 30 atleti per squadra!

Tasse d'iscrizione

: per le squadre ticinesi vale il regolamento FTN.
Fr. 4.- (3.- €) per gara individuale con iscrizione tramite **file lenex***
Fr. 8.- (5.- €) per staffetta con iscrizione tramite **file lenex***
Fr. 6.- (5.- €) per gara ind. con iscrizione tramite tabella Excel
Fr. 8.- (7.- €) per staffetta con iscrizione tramite tabella Excel

Le tasse di iscrizione sono da versare utilizzando la cedola di versamento che verrà consegnata con il conteggio alle squadre partecipanti il primo giorno di gara.

Per le squadre straniere le iscrizioni sono da pagare direttamente al cassiere della LUG in piscina.

File Lenex:

File lenex: vedi le modalità di utilizzo allegate alla presente oppure <https://www.swimrankings.net/index.php?page=entryDetail>

Informazioni:

: Sig. Rocco Bustelli
Tel. 0041/79/240.16.92, meeting@luganonuoto.ch

Regolamenti

: FSN + FINA + Meeting del Ceresio

Premiazioni

: Medaglie oro, argento, bronzo

Targa per la migliore prestazione assoluta femminile
(punti LEN)

Targa per la migliore prestazione assoluta maschile
(punti LEN)

Coppa "Città di Lugano" alla migliore squadra,
Secondo il regolamento

(Valgono i tempi ottenuti nelle finali A e B)



40. MEETING INTERNAZIONALE DEL CERESIO

PROGRAMMA TECNICO

SABATO

Gara No.:

| | | |
|----|--------------------------------------|--------|
| 1 | 400 Stile Libero | Donne |
| 2 | 400 Stile Libero | Uomini |
| 3 | 200 Dorso | Donne |
| 4 | 200 Dorso | Uomini |
| 5 | 200 Mista | Donne |
| 6 | 200 Mista | Uomini |
| 7 | 100 Delfino | Donne |
| 8 | 100 Delfino | Uomini |
| 9 | 200 Rana | Donne |
| 10 | 200 Rana | Uomini |
| 11 | 100 Stile Libero | Donne |
| 12 | 100 Stile Libero | Uomini |
| 14 | 4 x 50 Stile Libero al pomeriggio | Donne |

DOMENICA

Gara No.:

| | | |
|----|--------------------------------------|--------|
| 15 | 400 Mista | Uomini |
| 16 | 400 Mista | Donne |
| 17 | 100 Dorso | Uomini |
| 18 | 100 Dorso | Donne |
| 19 | 200 Stile Libero | Uomini |
| 20 | 200 Stile Libero | Donne |
| 21 | 100 Rana | Uomini |
| 22 | 100 Rana | Donne |
| 23 | 200 Delfino | Uomini |
| 24 | 200 Delfino | Donne |
| 25 | 50 Stile Libero | Uomini |
| 26 | 50 Stile Libero | Donne |
| 28 | 5 x 50 Stile Libero al pomeriggio | Uomini |

Categoria unica: 2005 e + vecchi

Limitazioni : **4** gare individuali (2 al giorno) + staffetta

Inizio eliminatorie: ore 09.00

Inizio finali: SA, ore 15.30 / DO, ore 15.00

Finali B e A (svolte nell'ordine indicato) per tutte le gare

Lugano Nuoto
Cp 6355
6901 Lugano



“COPPA CITTA’ DI LUGANO”

REGOLAMENTO PARTICOLARE

1. La Coppa rimane in possesso della squadra vincente.
2. La classifica per la Coppa verrà redatta sommando i punti ottenuti nelle Finali secondo il criterio:

| | | | |
|----------|----------|-----------|---------|
| 1. posto | 13 punti | 7. posto | 6 punti |
| 2. posto | 11 punti | 8. posto | 5 punti |
| 3. posto | 10 punti | 9. posto | 4 punti |
| 4. posto | 9 punti | 10. posto | 3 punti |
| 5. posto | 8 punti | 11. posto | 2 punti |
| 6. posto | 7 punti | 12. posto | 1 punto |

3. Nel caso di un pari merito al termine della competizione, la Coppa verrà assegnata alla squadra che avrà portato il maggior numero di atleti nelle Finali.



COMUNICAZIONI IMPORTANTI PER I CAPI SQUADRA

- **NON E' PERMESSO ENTRARE A BORDO VASCA CON LE SCARPE, MA SOLO CON CIABATTE DA PISCINA.**
- **Non** è permesso mangiare a bordo vasca.
- **E' consigliabile usare gli armadietti negli spogliatoi, basta avere una moneta da Fr. 2.-.**
- Si prega di **non** usare il passaggio tra la vasca ed il ristorante (piccola porta di vetro), ma di usufruire del passaggio dagli spogliatoi all'entrata principale.
- Possibilità di prenotare il **pranzo** di sabato e domenica direttamente presso la Lugano Nuoto inviando una mail a meeting@luganonuoto.ch

Vi ringraziamo già sin d'ora per la vostra cortese collaborazione e vi porgiamo i nostri più sportivi e cordiali saluti.

Lugano, novembre 2018

LUGANO NUOTO