



## REGOLAMENTO FITROW® NATIONAL CUP

**BARI 19 APRILE 2020**

### **ART.1 – ORGANIZZATORI**

FITROW® SRLS con il patrocinio della amministrazione Comunale di Bari, indice e organizza, in data in data 19 aprile 2020 la 2° Edizione della FITROW® NATIONAL CUP, manifestazione ludico motoria maschile e femminile su VOGATORE, SKIERG e BIKERG Concept2 non competitiva. Gli atleti si cimenteranno in una prova composta da 500 metri di voga, 500 metri di sci di fondo e 1000 metri di bike, senza recupero tra un esercizio e l'altro.

### **ART. 2 – MODALITÀ E QUOTE DI ISCRIZIONE**

Sono ammesse alla manifestazione solo le persone che in data 19 aprile 2020 avranno compiuto 15 anni. Il partecipante solleva il comitato organizzatore da ogni responsabilità circa la propria idoneità fisica a prendere parte alla manifestazione e da ogni responsabilità sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati dalla partecipazione alla manifestazione. Dichiara inoltre di concedere la propria autorizzazione ad utilizzare qualsiasi sua immagine relativa alla partecipazione all'evento per qualsiasi legittimo utilizzo senza remunerazione.

LE ISCRIZIONI DOVRANNO PERVENIRE ENTRO E NON OLTRE LE ORE 24:00 DEL GIORNO 14 APRILE 2020, SARANNO A NUMERO CHIUSO IN CASO DEL RAGGIUNGIMENTO MASSIMO DI ISCRITTI, VERRÀ COMUNICATA SUL SITO LA CHIUSURA ANTICIPATA DELLE ISCRIZIONI.

Nel caso in cui si rendessero disponibili delle postazioni, saranno permesse le ultime iscrizioni durante la giornata di Sabato 18 aprile 2020 dalle ore 9.00 fino ad esaurimento – tale comunicazione avverrà sul sito [www.fitrow.it](http://www.fitrow.it)

**La quota di partecipazione è di €20,00 per tutti i partecipanti e dà diritto a:**

- Assicurazione R.C. e assistenza medica
- Medaglia di partecipazione
- Sacca ristoro
- T- shirt ufficiale

È possibile effettuare l'iscrizione nei seguenti modi:

- 1) Scaricare il modulo di iscrizione dal sito [www.fitrow.it](http://www.fitrow.it) sezione National CUP, compilarlo in tutte le sue parti ed inviarlo con la ricevuta del bonifico all'indirizzo [infofitrow@gmail.com](mailto:infofitrow@gmail.com).
- 2) Recarsi presso il centro fitness Progetto Forma in Via Melo 160 Bari e compilare il modulo di iscrizione in segreteria.
- 3) Per i gruppi: l'allenatore di riferimento potrà effettuare l'iscrizione ed il relativo pagamento a nome di tutti gli iscritti.

Il pagamento della quota avverrà secondo due modalità:

- 1) A mezzo bonifico bancario.
- 2) Consegnando la quota presso la palestra Progetto Forma, Via Melo da Bari 160.

**N.B. Entro e non oltre le ore 24 di martedì 14 aprile 2020.**

Al momento del ritiro della sacca, a seconda della modalità di pagamento scelta, verrà richiesta copia dell'avvenuto bonifico e/o consegna di ricevuta di pagamento.

Le quote non sono rimborsabili.

### **ART. 3 – CHIUSURA ISCRIZIONI**

Per motivi logistico-organizzativi, il Comitato Organizzatore si riserva di poter chiudere anticipatamente le iscrizioni o di accettare iscrizioni oltre la data di chiusura a suo insindacabile giudizio. Sarà possibile verificare l'iscrizione on-line sul sito [www.fitrow.it](http://www.fitrow.it)

### **ART. 4 – RITIRO PACCO GARA**

Il pacco gara potrà essere ritirato il giorno dell'evento. I concorrenti dovranno indossare la maglia gara senza occultare diciture o simboli. Gli atleti che non si atterranno a tale norma saranno squalificati.

### **ART. 5 – GARA**

La manifestazione si svolgerà, con qualsiasi condizione di tempo, gli atleti si cimenteranno in una prova composta da 500 metri di voga, 500 metri di sci di fondo e 1000 metri di bike, senza recupero tra un esercizio e l'altro.

La sede dell'evento sarà il palazzetto del Centro Universitario Sportivo di Bari, lungomare Starita. 1B. 70132 Bari.

**CAPACITÀ e LIMITI DI PARTECIPAZIONE:** l'evento è aperto a tutti, possono prendere parte concorrenti suddivisi nelle seguenti categorie:

**Under 15** al 31 dicembre in cui l'atleta compie 14 anni

**Under 17** al 31 dicembre in cui l'atleta compie 16 anni

**Under 19** al 31 dicembre in cui l'atleta compie 18 anni

**Under 23** al 31 dicembre in cui l'atleta compie 22 anni

**Open 23-26 anni**

**Master A 27-35** Da quando l'atleta compie 27 anni nel corso dell'anno solare

**Master B 36-42** Da quando l'atleta compie 36 anni nel corso dell'anno solare

**Master C 43-49** Da quando l'atleta compie 43 anni nel corso dell'anno solare

**Master D 50-54** Da quando l'atleta compie 50 anni nel corso dell'anno solare

**Master E 55-59** Da quando l'atleta compie 55 anni nel corso dell'anno solare

**Master F 60-64** Da quando l'atleta compie 60 anni nel corso dell'anno solare

**Master G 65-69** Da quando l'atleta compie 65 anni nel corso dell'anno solare

**Master H 70-74** Da quando l'atleta compie 70 anni nel corso dell'anno solare

**Master I 75-79** Da quando l'atleta compie 75 anni nel corso dell'anno solare

**Master J 80-82** Da quando l'atleta compie 80 anni nel corso dell'anno solare

**Master K 83-85** Da quando l'atleta compie 83 anni nel corso dell'anno solare

**Master L 86-88** Da quando l'atleta compie 86 anni nel corso dell'anno solare

**Master M 89 E OVER** Da quando l'atleta compie 89 anni nel corso dell'anno solare

Il controllo del peso della categoria Pesi Leggeri (maschile fino a Kg 75,00 - femminile fino a kg 61,50) sarà effettuato a sorpresa prima della gara, chi non rispettasse il peso dichiarato verrà squalificato dalla manifestazione.

Per la partecipazione alle categorie sarà considerata l'età il giorno della gara.

Le categorie potrebbero subire variazioni in base alle iscrizioni ad insindacabile decisione dell'organizzazione. Eventuali partenze anticipate sono evidenziate dal programma informatico che blocca automaticamente la gara. La sanzione prevista per la seconda falsa partenza, indipendentemente da chi ha effettuato la prima, è il "fuori gara".

Per motivi di sicurezza l'utilizzo di dispositivi elettronici musicali è fortemente sconsigliato.

Le gare si svolgeranno in sequenza, il riscaldamento potrà essere svolto sulle macchine della gara.

In caso di problemi alla macchina o al sistema gare la gara potrà essere ripetuta, se interrotta nel primo minuto.

Il Comitato organizzatore della manifestazione, rappresentato da Fitrow® srls ha inserito nel programma della Fitrow® National CUP 2020 una sfida al remoergometro riservata alle SOLE società tesserate per la Federazione Italiana Canottaggio. Tale competizione non concorrerà al punteggio finale per la vincita dei tre premi messi in palio ed alla vincita del trofeo Fitrow® National CUP. Ma avrà una classifica a parte con dei premi riservati alle prime tre società per questa regata indoor.

Le gare previste saranno: gare individuali per tutte le categorie Maschile (1000 m) - Femminile (1000 m), 1000 m (4x250) equipaggio open maschile e femminile.

La gara si svolgerà su remoergometri: N° 10 Concept2 modello E per le gare collegati con software venue race e proiezione delle gare su maxischermo.

#### CATEGORIE INDIVIDUALI:

ALLIEVI B1	M
ALLIEVI B1	F
ALLIEVI B2	M
ALLIEVI B2	F
ALLIEVI C	M
ALLIEVI C	F
CADETTI	M
CADETTI	F
RAGAZZI	M
RAGAZZI	F
JUNIOR	M
JUNIOR	F
SENIOR	M
SENIOR	F
ALLIEVI A	M
ALLIEVI A	F
MASTER OPEN	F
MASTER OPEN	M

#### CATEGORIE EQUIPAGGI STAFFETTA:

UNDER 15 (ALLIEVI A, B1, B2, C, CAD)	M
UNDER 15 (ALLIEVI A, B1, B2, C, CAD)	F
ASSOLUTI (RAG, JUN, SEN)	M
ASSOLUTI (RAG, JUN, SEN)	F
MASTER	M
MASTER	F

**È assolutamente vietato tenere, appoggiarsi o avvicinarsi alle macchine nel corso della gara.**

### **ART. 6 – MODALITÀ DI SVOGLIMENTO DELLA MANIFESTAZIONE**

Ogni atleta potrà prendere parte solo ad una gara in base alla categoria di appartenenza.

Il programma gare definitivo sarà noto il giorno seguente alla chiusura delle iscrizioni, e affisso in bacheca il giorno della manifestazione.

Le gare si svolgeranno su macchine Concept2: 10 remoergometri, 10 skierg e 10 bikerg.

Ogni partecipante avrà il suo numero di corsia corrispondente ad un remoergometro ad uno skierg e una bikerg e dovrà svolgere il seguente esercizio:

500 metri di voga, 500 metri di sci di fondo e 1000 metri di bike, senza recupero tra un esercizio e l'altro.

Il punteggio verrà assegnato a ciascun componente in base al tempo impiegato nel percorrere le tre distanze.

Alla fine del fitrow® national cup verrà stilata una classifica generale maschile e femminile, una classifica individuale per categorie ed una classifica dei migliori club.

## **ART. 7 – PREMI, CRONOMETRAGGIO E RISULTATI**

Tutti gli iscritti riceveranno la maglia gara, sacca ristoro e medaglia di partecipazione. Alla fine delle 3 prove verrà pubblicata la classifica nazionale per CLUB in base al seguente punteggio di ogni singola categoria:

1° classificato	25 punti
2° classificato	18 punti
3° classificato	15 punti
4° classificato	12 punti
5° classificato	10 punti
6° classificato	8 punti
7° classificato	6 punti
8° classificato	4 punti
9° classificato	2 punti
10° classificato	1 punto

**Ai primi tre centri sportivi classificati saranno assegnati i seguenti premi:**

**1° vogatore concept2 più buono spesa del valore di 250€ da utilizzare presso la Concept2 Italia**

**2° skierg concept2**

**3° buono spesa del valore di 500€ da utilizzare presso la Concept2 Italia**

Altri premi potranno essere definiti successivamente

I risultati saranno pubblicati sul sito [www.fitrow.it](http://www.fitrow.it)

Il cronometraggio è a cura di fitrow® srls. La misurazione dei tempi sarà effettuata con il programma "Venue Race". Verranno comunicati e pubblicati on line i metri di tutti i partecipanti come da normativa vigente.

Le gare si disputano su indoor rowers, ski erg e bike erg Concept2.

## **ART. 8 – ASSISTENZA MEDICA E SERVIZIO SOCCORSO**

È previsto un servizio medico con un'autoambulanza che seguirà la gara.

## **ART. 9 – DICHIARAZIONE DI RESPONSABILITÀ**

All'interno del luogo evento gli atleti sono tenuti al rispetto delle regole.

Con la firma della scheda d'iscrizione il concorrente dichiara di conoscere ed accettare il regolamento della "FITROW® NATIONAL CUP" pubblicato sul sito [www.fitrow.it](http://www.fitrow.it) le norme sulla tutela sanitaria della federazione Italiana Canottaggio. Dichiara inoltre espressamente sotto la propria responsabilità, non solo di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 04/01/1968 n° 15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/05/1997 n° 127), ma di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivati.

Ai sensi del D.Lgs. n°196 del 30/06/2003 ("Testo Unico della Privacy") s'informa che i dati personali raccolti saranno utilizzati soltanto per preparare l'elenco dei partecipanti, la classifica e l'archivio storico, per erogare i servizi dichiarati nel regolamento, per l'invio di materiale informativo o pubblicitario della "FITROW® NATIONAL CUP" o dei suoi partners.

Con l'iscrizione alla "FITROW® NATIONAL CUP", l'atleta autorizza espressamente gli organizzatori, unitamente ai media partner, ad utilizzare le immagini fisse o in movimento che eventualmente lo ritraggano durante la propria partecipazione alla gara su tutti i supporti, compresi i materiali promozionali e/o pubblicitari, in tutto il mondo e per tutto il tempo massimo previsto dalle leggi, dai regolamenti, dai trattati in vigore, compresa la proroga eventuale che potrà essere apportata al periodo previsto.

## **ART. 10 – DISPOSIZIONI FINALI**

L'organizzazione si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento al fine di garantire una migliore organizzazione della gara.

Eventuali modifiche a servizi, luoghi ed orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti tramite e-mail, o saranno riportate sul sito internet [www.fitrow.it](http://www.fitrow.it). Inoltre, la documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente alla sacca ristoro.

**Informativa sulla privacy:** *Con la compilazione della scheda d'iscrizione si sottoscrive quanto stabilito dal Decreto Legislativo 30.06.2003, n°196/03 (Privacy). La partecipazione alla gara comporta, da parte del Comitato Organizzatore e dei terzi operanti per suo conto, l'autorizzazione al trattamento, con mezzi informatici o meno, dei dati personali ed alla loro utilizzazione da parte dell'Organizzatore e dei terzi operanti per suo conto, per lo svolgimento degli adempimenti inerenti alla manifestazione.*

FITROW®SRLS  
Via G. Saverio Poli, 15 – 70124 Bari  
[infofitrow@gmail.com](mailto:infofitrow@gmail.com)