



.EDIZIONE 2020.

[WWW.CIRCUITOGRAFONDOITALIA.IT](http://WWW.CIRCUITOGRAFONDOITALIA.IT)

**.REGOLAMENTO CIRCUITO.**



## **.1 CIRCUITO.**

### **DESCRIZIONE**

GFITALIA (Circuito Gran Fondo Italia) è un circuito che raggruppa più manifestazioni di nuoto in acque libere sul territorio italiano, con tracciati in linea e su distanze pari o superiori a 15 chilometri.

Ogni prova assegna un punteggio individuale e di società di appartenenza in base all'ordine di arrivo, la sommatoria dei punteggi determina i vincitori delle classifiche individuali maschili e femminili.

### **TAPPE**

Gli appuntamenti del GFITALIA 2020 sono:

21 Giugno	Gran Fondo Porto Conte	Alghero (SS)	17 km
05 Luglio	Gran Fondo di Castellabate	Castellabate (SA)	15 km
19 Luglio	Gran Fondo Cinque Terre	Monterosso (SP)	15 km
30 Agosto	Gran Fondo Lago di Como	Argegno (CO)	15 km
12 Settembre	Gran Fondo Naviglio Grande	Milano (MI)	24,5 km
27 Settembre	Gran Fondo Bocche di Bonifacio	S. Teresa Gallura (OT)	15 km

Ogni prova del GFITALIA consente di ottenere punti valevoli per le classifiche finali del circuito:

Le eventuali prove su distanze inferiori ai 15 chilometri presenti nelle manifestazioni non rientrano nel GFITALIA e non concorrono alle classifiche finali.

## **.2 PROGRAMMA E MODIFICHE.**

### **PROGRAMMA**

È cura e responsabilità dei singoli organizzatori comunicare alla Commissione del GFITALIA i programmi delle manifestazioni, delle prove in agenda e delle variazioni di programma.

È responsabilità di ogni organizzatore curare ogni aspetto della manifestazione: organizzativo, logistico, legale e di comunicazione.

### **VARIAZIONI**

Ogni variazione di programma sarà comunicato agli iscritti delle manifestazioni e pubblicato sui media utilizzati dal GFITALIA e sui media ufficiali delle singole manifestazioni.

La Commissione del GFITALIA e gli organizzatori non rispondono di cambiamenti non imputabili a loro e di forze maggiori che possano determinare variazioni e/o cancellazioni dei programmi.

## **.3 SERVIZI GARA.**

### **ATLETA**

Ogni manifestazione prevede per il partecipante un'adeguata accoglienza, un posto di ristoro, una zona cambio, il servizio di custodia degli effetti personali e se possibile il servizio di trasferimento.

Gli organizzatori declinano ogni responsabilità riguardo furti o smarrimenti degli oggetti personali di valore.

### **ACCOMPAGNATORI E PUBBLICO**

Dettagli ed eventuali altri tipi di servizi messi a disposizione dall'organizzatore saranno riportati sul programma della singola manifestazione.

## **.4 QUOTE DI ISCRIZIONE.**

Le quote di iscrizione sono definite dagli organizzatori e riportate nei programmi e nei regolamenti delle singole prove, il pagamento deve essere effettuato in base alle richieste dell'organizzatore.

Se la manifestazione lo prevede, la quota di iscrizione comprende un gadget ricordo, il rinfresco e il pasto per gli atleti al termine della prova. Informazioni che saranno riportate nel programma della manifestazione. Per chi non è iscritto, può essere prevista dall'organizzatore una quota dell'eventuale pasto, che sarà indicata sempre dall'organizzatore.

## **.5 TERMINI DI ISCRIZIONE.**

### **PARTECIPANTI**

Le competizioni sono aperte a tutti gli atleti in possesso di valido certificato medico sportivo agonistico per l'anno sportivo in corso, iscritti a società sportive di nuoto e in possesso di regolare tesseramento sportivo 2019-2020 appartenente a EPS (Ente di Promozione Sportiva) e/o a Federazioni riconosciute dal GFITALIA o che patrocinano il GFITALIA.

Se l'iscritto non è in possesso di un tesseramento valido per il Circuito GFITALIA può farne richiesta alla Commissione GFITALIA attraverso l'organizzatore con validità per la sola manifestazione di interesse.

### **SCADENZE**

Le date ultime per le iscrizioni alle prove sono definite dagli organizzatori. Si rimanda quindi al regolamento e al programma di ogni singola prova. L'iscrizione va eseguita entro la data di scadenza, pena la non validità a partecipare alla singola prova.

La data di iscrizione dell'iscritto è determinata dalla data di invio dei dati, dei documenti richiesti e dal pagamento della quota di iscrizione. Se sono presenti più date di scadenza per l'iscrizione a una prova, vale la regola che la tariffa di iscrizione subisce una maggiorazione di costo per chi la esegue dopo le scadenze indicate.

### **MODALITÀ, DATI E DOCUMENTI**

La modalità di iscrizione sono indicate dagli organizzatori e riportate nel regolamento e nel programma di ogni singola prova.

L'organizzatore e la Commissione GFITALIA dovranno disporre dei dati relativi all'atleta, che quest'ultimo sarà dovuto fornire all'atto delle iscrizioni:

- cognome
- nome
- sesso
- data di nascita
- indirizzo e città di residenza
- codice fiscale
- recapito telefonico mobile
- recapito email
- data di scadenza certificato medico sportivo agonistico\*
- società di appartenenza
- breve curriculum sportivo\*\*

\* Il certificato medico sportivo agonistico e il tesseramento devono essere obbligatoriamente presentati il giorno della riunione della manifestazione e consegnati una copia di entrambe all'organizzatore.

\*\* Il curriculum dell'atleta è significativo per l'organizzatore al fine di comprendere il livello del nuotatore interessato a partecipare. Nei casi dove l'organizzatore supponga che all'atto dell'iscrizione un atleta non sia idoneo alla partecipazione, la Commissione GFITALIA verrà interpellata per una verifica dei dati disponibili al fine di accettare o rifiutare l'iscrizione.

## ACCETTAZIONE

Ogni domanda di iscrizione viene seguita da conferma di avvenuta ricezione e iscrizione. La domanda di iscrizione può essere rifiutata dall'organizzatore e dalla Commissione GFITALIA per giustificati motivi, che saranno messi agli atti e comunicati all'atleta. L'iscrizione respinta può essere rivista e annullata solo dalla Commissione GFITALIA.

L'invio errato e falsificato di qualsiasi dato e/o documento, non meno la mancata presentazione degli stessi, sarà soggetto a sanzione da parte della Commissione GFITALIA e dall'organizzatore. Sanzione che può prevedere anche la squalifica dalla prova e dal circuito.

L'iscrizione al circuito GFITALIA è automatica alla partecipazione anche di una sola prova del circuito.

## .6 CATEGORIE.

Le categorie dei partecipanti sono individuali e suddivise per sesso (femminile e maschile), i punteggi determinati per somma dei punti assegnati nelle diverse prove determinano le classifiche finali. Non sono previste ulteriori categorie o sotto categorie nel determinare le classifiche finali del GFITALIA, questo non vieta l'organizzatore della singola prova nel definirne ulteriori per la propria manifestazione.

## .7 PREMI.

### SINGOLE PROVE

In ogni tappa vengono premiati:

- Prime tre nuotatrici femmine
- Primi tre nuotatori maschi

Integrazioni di assegnazione dei premi sono possibili per l'organizzatore e saranno comunicate alla Commissione GFITALIA e ai partecipanti.

### CIRCUITO

Nel GFITALIA vengono premiati:

- Prime tre classificate femmine
- Primi tre classificati maschi

Si accede alla classifica finale con un minimo di due risultati utili su tutte le tappe che fanno parte del circuito.

Premi consegnati agli atleti presso l'appuntamento organizzato a fine stagione in date e luogo da definirsi, che verranno comunicati. Non saranno consegnati i premi a terze persone se non agli atleti stessi.

### PREMI SPECIALI CIRCUITO

Tra i premi del GFITALIA saranno anche consegnati:

- Il **Bonus sulla quota di iscrizione** per le prove che faranno parte dell'edizione successiva del circuito (primo uomo e prima femmina)
- Il **Premio di partecipazione** a chi partecipa e porta a termine tutte le prove del circuito

## .8 CLASSIFICHE INDIVIDUALI E PUNTEGGI.

### CATEGORIE INDIVIDUALI

Le classifiche individuali del GFITALIA si dividono in due categorie:

- femminile
- maschile

## PUNTI

Al fine della classifica finale del GFITALIA, ad ogni tappa del circuito vengono assegnati i punti di categoria in base all'ordine di arrivo:

1	30 punti	9	17 punti	17	9 punti
2	28 punti	10	16 punti	18	8 punti
3	26 punti	11	15 punti	19	7 punti
4	24 punti	12	14 punti	20	6 punti
5	22 punti	13	13 punti	21 e >	5 punti
6	20 punti	14	12 punti	DNF*	0 punti
7	19 punti	15	11 punti	DNS*	0 punti
8	18 punti	16	10 punti	SQL*	0 punti

\* Nessun punto viene riconosciuto a chi non ha concluso la prova (DNF), a chi viene squalificato (SQL), a chi non prende parte alla tappa anche se è iscritto (DNS).

In caso di parità nel numero di punti conquistati, la posizione è decisa dalla somma dei piazzamenti ottenuti nelle prove del Circuito. Nel caso vi sia ancora parità, saranno presi i rapporti dei singoli piazzamenti nei confronti del numero dei concorrenti in ogni prova.

## 9 IDENTIFICAZIONE DELL'ATLETA.

### DOCUMENTI RICHIESTI

L'atleta deve essere in regola col tesseramento per l'anno sportivo 2019-2020, essere iscritto a una società sportiva di nuoto riconosciuta dalla Federazione o da un Ente di Promozione Sportiva patrocinatore della manifestazione, essere in regola col certificato medico sportivo agonistico in corso di validità. Documenti che dovranno essere comunicati all'organizzatore all'atto dell'iscrizione.

In ogni tappa, l'atleta deve essere in possesso del proprio tesserino e del certificato medico sportivo agonistico. Qualora lo ritenga opportuno, l'organizzatore può richiedere anche un ulteriore documento identificativo.

### DATI PERSONALI

L'atleta deve assicurarsi che i dati di iscrizione siano corretti e veritieri. In caso sia constatato un errore, l'atleta o chi per lui (allenatore o rappresentante legale della società di appartenenza) lo deve fare presente al Giudice Arbitro e all'Organizzatore.

### GIORNO DELLA PROVA

All'atto di accredito il giorno stesso della manifestazione, l'atleta o chi per lui (allenatore o rappresentante legale della società di appartenenza) deve presentare il tesseramento in regola per la stagione sportiva in corso.

Il tesserino mancante di fotografia identificativa deve essere accompagnato da un valido documento identificativo (es. carta d'identità, patente, passaporto). Inoltre, in questi casi, le Società possono presentare un documento che autocertifichi su carta intestata della stessa che attesti la validità identificativa dei partecipanti.

### NUMERO / PETTORALE

Al momento dell'iscrizione al GFITALIA l'atleta riceverà un numero identificativo che verrà apposto sul corpo del nuotatore il giorno stesso della prova, anche sulla calotta se il regolamento della singola prova lo richiede. Il numero potrà quindi essere riportato con colore indelebile sulla cuffia, sulle braccia, sulle mani, sulla schiena a scelta del Giudice e dell'Organizzatore.

Nel caso in cui il numero di gara si cancelli prima della partenza, l'atleta è obbligato comunicarlo al Giudice Arbitro ed all'Organizzatore per ripristinarlo.

### APPELLO DI CHIAMATA PRIMA DELLA PARTENZA

Prima della partenza si esegue il riconoscimento dei concorrenti attraverso la procedura di chiamata (appello). Gli atleti chiamati devono rispondere la propria presenza, nominando e mostrando il numero di gara al Giudice mentre si accede nell'area di chiamata.

## **FALSIFICAZIONE DEI DATI O LORO OMISSIONE**

Qualsiasi falsificazione dell'identificazione verrà sanzionata con l'immediata espulsione dell'atleta da parte dell'organizzazione su indicazione del Giudice Arbitro.

## **.10 COMPORTAMENTO DELL'ATLETA.**

Circa lo svolgimento della gara, gli atleti dovranno attenersi alle disposizioni impartite dal Giudice Arbitro prima della partenza, che farà riferimento al Regolamento del GFITALIA.

### **STILE, SCIE E MEZZI ESTERNI**

Durante la prova al nuotatore è consentita libertà di scelta dello stile di nuotata.

Il nuotatore può nuotare nella scia degli avversari ma non è consentita di seguire quella delle barche d'appoggio e/o dei mezzi di assistenza.

Il nuotatore non può appoggiarsi alle barche/mezzi presenti in acqua, se non per urgenza o per la sicurezza del nuotatore. È anche vietato farsi trainare dalle imbarcazioni.

### **PRECEDENZE**

Il nuotatore deve evitare il contatto con gli altri nuotatori e non deve adottare comportamento antisportivo. Nei tracciati con cambi di direzione vige il diritto di precedenza nella fase di virata, generalmente indicata da boe. Il diritto di precedenza deve essere applicato durante il passaggio contemporaneo di più atleti alla virata.

### **ARRIVO**

L'arrivo è delimitato dallo striscione posto sulla battigia del campo gara oppure tra due supporti posti in acqua che lo sorreggono. L'arrivo deve essere evidente da chi nuota, deve essere anche preceduto da un corridoio d'arrivo lungo per lo meno 50 metri e delimitato da due boe ai suoi estremi di entrata.

L'arrivo dell'atleta (compreso l'eventuale tempo finale della prova) è valido solo toccando lo striscione d'arrivo, pena l'irregolarità della prestazione.

A seconda delle condizioni meteo marine della manifestazione e alla tipologia del tracciato, il Giudice Arbitro può dare disposizioni diverse anche nel corso della prova, purché in accordo con l'organizzatore e dovrà comunicarlo ai partecipanti, ai loro rappresentanti ed al pubblico ove ne esista la possibilità.

### **TEMPI**

Al fine di una migliore gestione della prova, l'organizzatore può definire tempi minimi e massimi di arrivo e di passaggio dai punti di controllo.

L'atleta che non rispetta i tempi minimi e massimi può essere squalificato dalla gara su insindacabile decisione del Giudice e dell'organizzatore.

## **.11 ABBIGLIAMENTO E ACCESSORI.**

Viene ammesso l'uso di occhialini, cuffia, slip per gli uomini e costume intero classico per le donne o costumi di nuoto integrali per entrambi i sessi, purché il costume non copra il collo, si estenda oltre le spalle e/o sotto le caviglie, come da regolamento vigente della FINA.

Il costume deve essere in tessuto e non obbligatoriamente certificato FINA, essenziale è che rispetti le caratteristiche dei costumi in tessuto approvati FINA.

### **COS'È ESPRESSAMENTE VIETATO**

Sono vietati i costumi in tessuto che presentano anche minime parti di neoprene o materiali simili che facilitino il galleggiamento dell'atleta nell'acqua.

Non è consentito utilizzare accessori non indicati dall'organizzatore come necessari, come ad esempio boccagli, respiratori, di strumenti che facilitino o possano creare condizione di vantaggio nella nuotata

(es. palette, pinne, galleggianti, guanti, scarpe, calzari, ecc).

Sono vietati anche accessori che possano recare potenziale danno in un eventuale contatto con altri atleti, esempio braccialetti, anelli e gioielli in genere.

## **MUTA**

Riguardo l'utilizzo della muta il regolamento prevede che:

- Temperatura dell'acqua inferiore a 20 gradi centigradi, è obbligatorio indossare la muta; è discrezione dell'atleta se usare quella intera o quella senza maniche.
- Temperatura dell'acqua uguale e superiore a 20 gradi centigradi, indossare la muta è consentita a discrezione dell'organizzatore. In questi casi l'atleta non rientra nella classifica della prova e del circuito GFITALIA.
- Temperatura superiore a 24 gradi centigradi, è vietato indossare la muta; in questi casi l'atleta non può prendere parte alla prova se indossa la muta.

Su discrezione e responsabilità dei singoli organizzatori, i partecipanti possono utilizzare la muta nei casi non previsti. Nei casi dove il partecipante usi la muta, l'organizzatore deve segnalarlo al fine della definizione della classifica del circuito GFITALIA.

## **.12 SERVIZIO GIURIA E CRONOMETRAGGIO.**

Il tempo dell'atleta registrato alla fine della prova non ha valenza di classifica.

### **GIURIA E CRONOMETRAGGIO**

La giuria e il servizio di cronometraggio saranno a cura dell'organizzatore della manifestazione.

### **GIUDICE ARBITRO**

Il Giudice Arbitro, membro dell'organizzazione della manifestazione con specifica formazione sul regolamento, avrà il compito di controllare il regolare svolgimento della gara. È sua facoltà assieme all'organizzatore interrompere o vietare lo svolgimento della prova per eventuali cause di pericolo o potenziale pericolo per cose e/o persone. Ha anche il compito di decidere eventuali cambiamenti di programmi sul tracciato se emergono le motivazioni di forza maggiore.

### **INFRAZIONI E SCORRETTEZZE**

Ogni infrazione o scorrettezza segnalata e riportata dal Giudice Arbitro sarà soggetta al giudizio ed eventuale sanzione della Commissione GFITALIA, che si riunirà e deciderà entro 10 giorni dalla ricezione della relazione del Giudice Arbitro della manifestazione, che dovrà pervenire alla Commissione stessa entro 48 ore dalla conclusione della gara.

### **COMMISSIONE GFITALIA**

Il giudizio della Commissione GFITALIA terrà conto del rapporto del Giudice Arbitro e degli eventuali ricorsi presentati dagli interessati e delle testimonianze pervenute entro le 48 ore dalla conclusione della manifestazione. Ogni decisione della Commissione sarà inderogabile e verrà comunicata agli interessati e pubblicata sui media ad uso del circuito.

## **.13 SICUREZZA E ASSISTENZA.**

È cura dell'organizzatore la programmazione e gestione dell'assistenza e della sicurezza in acqua dell'atleta, che deve essere seguito e sorvegliato dalla partenza sino al traguardo.

I mezzi devono avere il più basso impatto ambientale, devono comunicare tra loro, in particolare con il Soccorso ed il Giudice e si possono differenziare per il ruolo che devono svolgere:

### **ASSISTENZA ATLETA (CANOA)**

Scorta e assiste il nuotatore in ogni fase del tracciato, lo aiuta nei rifornimenti, controlla che la situazione in acqua sia sempre sicura ed interviene in caso di pericolo.

## **SUPPORTO**

Controlla settori del tracciato od un gruppo di Secondi al fine di coadiuvare il lavoro dello staff impegnato a seguire i singoli nuotatori, intervenire in caso di necessità e verificare eventuali irregolarità.

## **TESTA**

Precede il primo atleta/gruppo verificando che la situazione in acqua sia sicura al loro passaggio.

## **CODA**

Segue l'ultimo atleta/gruppo verificando che nessuno rimanga attardato.

## **GIUDICE**

Accoglie il giudice, consentendogli di muoversi lungo il tracciato, controlla lo svolgimento della prova senza scorrettezze ed intervenire quando è necessario.

## **SOCCORSO**

Rimane disponibile lungo il tracciato per assistere col medico o con l'operatore di primo intervento in caso di necessità.

*In base alla conformazione del tracciato della prova, sarà discrezione dell'organizzatore mettere in acqua i diversi mezzi suggeriti, sia nella tipologia sia nel numero, mantenendo un adeguato controllo al fine della sicurezza.*

## **.14 RIFORNIMENTI.**

L'atleta può organizzarsi come meglio crede con il rifornimento purché segua il regolamento della singola prova. L'atleta può farsi aiutare dal suo Secondo nella gestione dei propri rifornimenti, in conformità dei mezzi messi a disposizione dall'organizzatore.

Inoltre, l'organizzatore può prevedere punti di ristoro fissi o volanti se lo ritiene opportuno, mettendoli a disposizione dei nuotatori.

## **.15 CONSIGLI UTILI PER I PARTECIPANTI.**

### **ALLENAMENTO**

Prepararsi e programmare adeguatamente gli allenamenti sia in piscina sia in acque libere per le distanze lunghe. Farsi seguire da un preparatore, un allenatore e da professionisti in ambito sportivo se non si hanno sufficienti conoscenze su programmazione, alimentazione ed integrazione per specialità sportive sulla distanza. Acclimatare quanto più possibile il proprio corpo in prospettiva alle caratteristiche dell'ambiente dove si svolgerà la prova.

### **ALIMENTAZIONE**

Fare una colazione leggera ma energetica in base al proprio fabbisogno, ricca di zuccheri e povera di grassi. Idratare adeguatamente il corpo prima, durante e dopo la prova. Non bere alcolici.

### **PRIMA DELLA PARTENZA**

In caso di acqua fredda, i nuotatori sensibili alle basse temperature consigliamo lanolina e olio canforato (acquistabili in farmacia). Evitare di coprirsi eccessivamente nel caso di temperature medie alte, così da consentire una termoregolazione più equilibrata.

### **IN ACQUA**

Partire in modo moderato e cercare il proprio ritmo respiratorio prima di forzare l'andatura. In caso di affanno eccessivo, rallentare o fermarsi per riprendere fiato.

Organizzare e programmare adeguatamente i rifornimenti da eseguire durante la prova, tenendo in considerazione il servizio messo a disposizione dall'organizzatore.

Nel caso fosse necessario chiedere assistenza e conseguente soccorso in acqua, rivolgersi ai mezzi di servizio più vicini mantenendo un braccio teso in alto.



## **.16 TUTELA AMBIENTALE.**

I requisiti minimi per la tutela ambientale sono i provvedimenti che garantiscono il minimo impatto ambientale provocato dallo svolgimento della gara. A fronte di questo:

Non è consentito abbandonare in acqua i contenitori usati per i rifornimenti, eccetto che nelle immediate vicinanze della eventuale zona fissa o mobile di rifornimento predisposta a tale scopo. Questo vale anche per i contenitori di integratori alimentari che gli atleti potrebbero trasportare durante la manifestazione. Il mancato rispetto di tali regole sarà segnalato al Giudice Arbitro per applicare le sanzioni.

Deve essere prevista la presenza di imbarcazioni per la raccolta dei contenitori lasciati in acqua oppure, nel caso di imbarcazioni che affiancano il nuotatore saranno queste addette a tale scopo per il proprio nuotatore assegnato. A questo fine è consigliabile disporre per ogni imbarcazione di un'asta con retino per facilitare la raccolta.

Nella zona di rifornimento per la raccolta dei contenitori lasciati in acqua sarà presente un addetto per la raccolta.

I rifornimenti degli atleti dalla zona di rifornimento dovranno avvenire tramite bicchieri di materiale biodegradabile certificato.

Il controllo su atleti e accompagnatori dei requisiti minimi di tutela ambientale sarà fatto prima della partenza, assistenti compresi, in zona di chiamata durante la verifica della regolarità del costume gara sia all'atto di preparazione degli assistenti e accompagnatori a seguito.

In caso di irregolarità dei materiali utilizzati per i rifornimenti, sarà compito dei giudici segnalarlo al Giudice Arbitro che provvederà a sanzionare gli atleti interessati.

## **.17 RIFERIMENTI.**

Email segreteria

[contatti@circuitogranfondoitalia.it](mailto:contatti@circuitogranfondoitalia.it)

WEB

[www.circuitogranfondoitalia.it](http://www.circuitogranfondoitalia.it)

FACEBOOK

[www.facebook.com/circuitogranfondoitalia/](https://www.facebook.com/circuitogranfondoitalia/)

YOUTUBE

[www.bit.ly/circuitogranfondoitalia](https://www.bit.ly/circuitogranfondoitalia)