

COMUNICATO N° 9/2019

PROVA DI MAI DIRE NUOTO

La prova di MAI DIRE NUOTO, prevista venerdì 25 ottobre con inizio alle ore 20,45 (ingresso in piscina dopo le ore 20,30), viene effettuata presso la piscina di Bormio Terme e prevede la partecipazione di n. 4 concorrenti per squadra, con formula a staffetta per n. 3 frazioni complessive. In ciascuna frazione i concorrenti effettueranno 2 vasche.

E' prevista l'effettuazione di batterie di 3 squadre per volta, con ordine di classifica (secondo l'ordine di batterie allegato)

La partenza viene data dal bordo della vasca lato acqua bassa.

Il concorrente n. 1 parte da seduto o in alternativa a sua scelta sdraiato supino, con i piedi a contatto con le pareti e con gli arti inferiori tesi o in alternativa flessi.

La vasca in andata dovrà essere effettuata in posizione supina con traslocazione libera (strisciano, in quadrupedia, in ginocchio, "nuotando", purchè il corpo sia a contatto con il fondo della vasca).

La vasca in ritorno dovrà essere effettuata in posizione prona (strisciano, in quadrupedia, in ginocchio, "nuotando", purchè il corpo sia a contatto con il fondo della vasca).

Il cambio con i concorrenti n. 2 e 3 verrà dato con tocco della mano.

I concorrenti n. 2 e 3 saranno in attesa del cambio in posizione seduta/sdraiata con i piedi contro la parete e legati all'altezza della caviglia. I piedi legati dovranno essere obbligatoriamente appoggiati alla parete. Percorreranno le due vasche con le modalità indicate per il concorrente 1.

Il concorrente 4 riceverà il cambio dai due concorrenti 2 e 3; percorrerà le due vasche con le modalità indicate per il concorrente 1. Al termine della seconda vasca, senza uscire, dovrà colpire un bersaglio utilizzando una pistola ad acqua posizionata sul bordo della piscina.

Il tempo verrà fermato quando il bersaglio verrà colpito.

Vige obbligo di tenere sempre almeno una mano a contatto con il fondo della vasca. Sarà ammessa la possibilità di staccare le mani dal fondo vasca solo per brevissimi tratti e nel caso di utilizzo di stile dorso o con addome appoggiato al fondo vasca.

E' vietato spostarsi in piedi, in quanto estremamente pericoloso.

Sono consentiti movimenti simultanei degli arti superiori solo da sdraiati.

E' vietato indossare orologi, bracciali, collane, in quanto potrebbero comportare rischio di abrasioni.

MAI DIRE NUOTO

BATTERIA	SQUADRA
1	ERPIK
	LIVIGNASC
	BALABIOTT
2	LIFROCK
	I MARGNAC
	I MOT
3	GLI STREDENEI
	I TAMBERLI
	BALORDIS
4	L'ERA GLECIEDA
	BEXIS
	LI LEINA
5	PEDALA'
	LAS MARACAS
	LI LAMBRETA
6	CONTRABANDEIR
	I FURIC
	LI REDENA
7	ACQUAVITE & FRIENDS
	I SOCI
	I DREZ
8	I TREPE'
	CORSARI DI PEZZEL
	CANUA VIP TEAM