



REGOLAMENTO TECNICO

NUOTO PER SALVAMENTO

2025

1. PRAFAZIONE AL REGOLAMENTO

Il presente Regolamento Tecnico vuole fornire un'indicazione per il corretto svolgimento delle prove previste nelle manifestazioni del Circuito di Nuoto per Salvamento, indetto ed organizzato dal Centro Regionale Libertas, ricordando gli obiettivi che queste vogliono raggiungere.

Di seguito sono riportate le prove scelte per il regolamento 2025, per quanto riguarda le PROVE IN PISCINA.

- NUOTO CON OSTACOLI (25m-33m/50m-66m)
- TRASPORTO SACCHETTO / MANICHINO (25m-33m/50m-66m)
- TRASPORTO SACCHETTO / MANICHINO (50m-66m) con pinne
- Staffetta SALVATAGGIO CON TORPEDO (25m+50m – 33m+66m) con pinne
- STAFFETTA MISTA (4X25m-4X33m) M/F/MIX
- STAFFETTA OSTACOLI (4X25m-4X33m) M/F/MIX
- STAFFETTA TRASPORTO SACCHETTO / MANICHINO (4X25m-4X33m) con o senza pinne M/F/MIX

1.1. PARTENZA

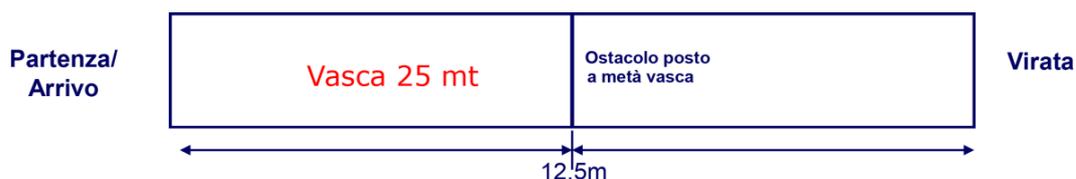
Prima della partenza di ogni gara il Giudice Arbitro segnala ai concorrenti con una serie di brevi fischi di prepararsi per la competizione. Con un successivo fischio lungo indica agli atleti di prendere la loro posizione sul blocco di partenza. Al comando "**A posto**", i concorrenti assumeranno la posizione di partenza, successivamente verrà emesso in segnale di partenza (fischio).

1.2. SQUALIFICHE

I seguenti comportamenti sono sanzionati con una squalifica:

- a) Non terminare la prova così come previsto dal presente regolamento. (SQ1)
- b) Aiutarsi con gli accessori della vasca (es.: cordate di galleggianti, scalette, etc) o con il fondo della stessa se non diversamente previsto. (SQ2)
- c) Tutti i concorrenti che partono (cioè, iniziano un movimento di partenza) prima che il segnale di partenza sia emesso saranno squalificati: i concorrenti saranno squalificati se cominciano un "**movimento di partenza propulsivo**" prima che il segnale di partenza sia emesso. Movimenti *per se* non sono da considerarsi squalifiche. (SQ3)

1.3. NUOTO CON OSTACOLI – 25m-33m / 50m-66mm



*anche in caso di vasca da 33m si utilizzerà n. 1 ostacolo posto a metà vasca.

Al segnale di partenza, i concorrenti si tuffano in acqua e nuotano per 25m o 33m sottopassando gli ostacoli (in base alla categoria). I concorrenti **devono emergere** dopo il tuffo di partenza, prima dell'ostacolo, e dopo la virata prima di sottopassare nuovamente l'ostacolo (50m). I concorrenti possono spingersi dal fondo della piscina quando emergono da ciascun ostacolo. "Emergere" significa che la testa del concorrente rompe la superficie dell'acqua. Nuotare contro o urtare un ostacolo non comporta squalifica.

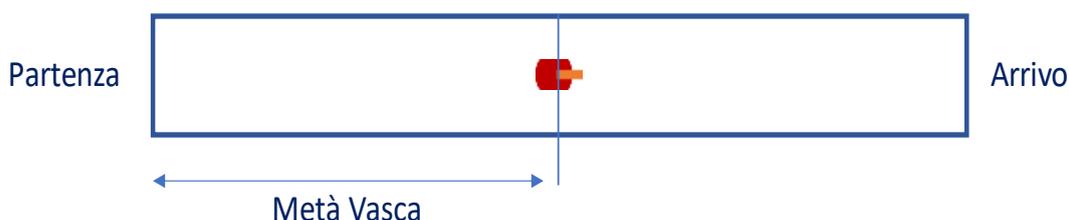
1.4. TRASPORTO SACCHETTO / MANICHINO – 50m-66m



*in caso di vasca da 33m il sacchetto/manichino sarà posizionato ai 33m.

Dopo il segnale di partenza, il concorrente si tuffa in acqua e nuota una vasca, questa fase di gara deve essere effettuata in emersione. Il concorrente, quindi, s'immerge verso il sacchetto o il manichino sommerso, lo recupera e lo trasporta fino all'arrivo. Trasporto e presa sono liberi. Il concorrente può non toccare la parete di virata nel momento in cui si immerge per recuperare il sacchetto e può spingersi dal fondo per riemergere.

1.5. TRASPORTO SACCHETTO / MANICHINO – 25m-33m

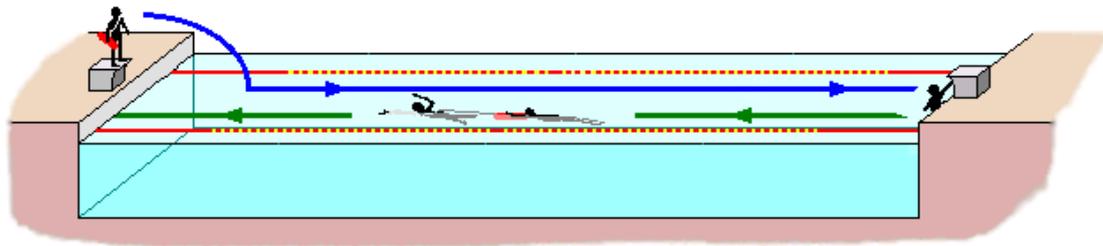


Dopo il segnale di partenza, il concorrente si tuffa in acqua e nuota una mezza vasca, questa fase di gara deve essere effettuata in emersione. Il concorrente, quindi, s'immerge verso il sacchetto o il manichino sommerso, lo recupera e lo trasporta fino all'arrivo. Trasporto e presa sono liberi. Il concorrente può spingersi dal fondo per riemergere dopo il recupero del sacchetto o del manichino.

1.6. TRASPORTO SACCHETTO / MANICHINO CON PINNE – 50m-66m

Dopo il segnale di partenza, il concorrente si tuffa in acqua e nuota una vasca con le pinne, recupera il sacchetto / manichino sommerso e lo trasporta fino all'arrivo. Trasporto e presa sono liberi. Nella prima fase di gara il concorrente può non emergere dopo il tuffo e prima di recuperare il sacchetto. Il concorrente può non toccare la parete di virata nel momento in cui recupera il sacchetto e può spingersi dal fondo quando riemerge. (Vedi Paragrafo 3. Attrezzature)

1.7. STAFFETTA MISTA e MIXED MISTA – 4X25m-4X33M



Al segnale di partenza, il primo frazionista si tuffa e nuota 25m-33m a stile libero senza pinne.

Dopo che il primo frazionista abbia toccato la parete di virata, il secondo frazionista si tuffa e nuota 25m-33m a stile libero con le pinne.

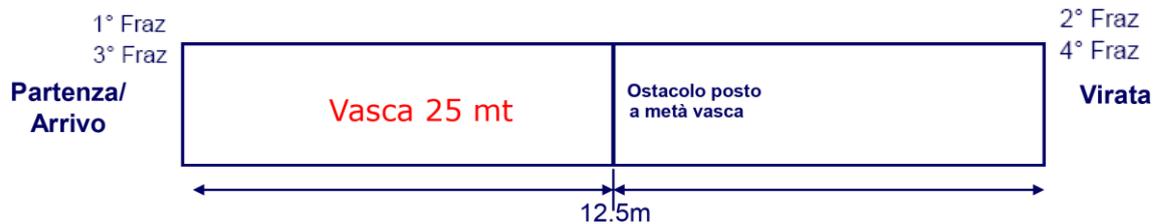
Dopo che il secondo frazionista abbia toccato la parete di virata, il terzo frazionista si tuffa e nuota 25m-33m a stile libero, trainando un torpedino di salvataggio. Il terzo concorrente tocca la parete di virata.

Il quarto concorrente è in acqua, indossando le pinne, con almeno una mano in contatto con la parete di virata. Il quarto frazionista indossa i finimenti del torpedino di salvataggio; il terzo frazionista, assumendo il ruolo di vittima, tiene il torpedino di salvataggio con entrambe le mani mentre viene trainato per 25m-33m dal quarto frazionista. **Il quarto frazionista non può toccare alcuna parte del corpo del torpedino di salvataggio, dei finimenti o della sagola prima che il terzo frazionista abbia toccato la parete di virata.**

In aggiunta a quanto indicato nel *paragrafo 2.3* i seguenti comportamenti saranno sanzionati con una squalifica:

- Partire prima che il frazionista precedente abbia toccato la parete di virata (SQ-Cambio Irregolare)
- La vittima non è in contatto con almeno una mano con la parete di virata mentre aspetta il nuotatore con il torpedino. (SQ4)
- Durante il traino la vittima aiuta effettuando una o più bracciate. (SQ5)

1.8. STAFFETTA OSTACOLI – 4X25m-4X33m



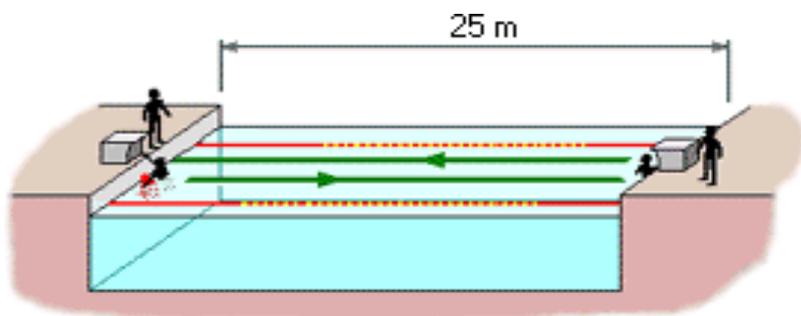
*anche in caso di vasca da 33m si utilizzerà n. 1 ostacolo posto a metà vasca.

Al segnale di partenza il 1° frazionista si tuffa e nuota per 25m o 33m sottopassando l'ostacolo. Dopo che questo abbia toccato la parete di virata il 2° frazionista si tuffa e completa analogamente la propria frazione. Il 3° e il 4° concorrente completano la propria porzione di gara similmente. I concorrenti **devono emergere** dopo il tuffo di partenza, prima dell'ostacolo e dopo di esso prima di toccare la parete per il cambio/arrivo. I concorrenti possono spingersi dal fondo della piscina quando emergono da ciascun ostacolo. "Emergere" significa che la testa del concorrente rompe la superficie dell'acqua. Nuotare contro o urtare un ostacolo non comporta squalifica.

In aggiunta a quanto indicato nel *paragrafo 2.3* i seguenti comportamenti saranno sanzionati con una squalifica:

- Partire prima che il frazionista precedente abbia toccato la parete di virata (SQ-Cambio Irregolare)

1.9. STAFFETTA TRASOPORTO SACCHETTO / MANICHINO – 4X25m-4X33m



Quattro concorrenti a turno trasportano il sacchetto per 25m o 33m ciascuno. Al fischio lungo del Giudice Arbitro il 1° frazionista entra in acqua e mantiene il sacchetto con una mano e con la mano libera si regge al bordo di partenza oppure alle maniglie del blocco. Al segnale di partenza il concorrente trasporta il sacchetto e lo passa al secondo frazionista che lo trasporta per la propria porzione di gara. Il primo frazionista deve toccare la parete di virata prima di passare il sacchetto al secondo. Il secondo frazionista, in attesa dell'arrivo del primo, deve essere in contatto con la parete di virata con almeno una mano. Analogamente il 3° e il 4° frazionista aspettano rispettivamente il 2° e il 3° restando in contatto con la parete con almeno una mano. Anche il 2° e il 3° frazionista devono toccare la parete di virata prima di passare il sacchetto al frazionista successivo.

In aggiunta a quanto indicato nel *paragrafo 2.3* i seguenti comportamenti saranno sanzionati con una squalifica:

- Non toccare la parete di virata prima di passare il sacchetto al frazionista successivo.

1.10. STAFFETTA SALVATAGGIO CON TORPEDO – 25m+50m – 33m+66m

A questa prova partecipano 2 concorrenti per ogni squadra: un pericolante e un soccorritore con pinne e torpedo.

Al segnale di partenza, il pericolante entra in acqua, nuota per 25m o 33m fino a toccare la parete di virata, segnala l'arrivo alzando l'altro braccio in posizione verticalmente mentre rimane in contatto con la parete di virata ed attende di essere soccorso dal nuotatore con torpedo.

Al segnale di arrivo del pericolante, il soccorritore, nuotatore con torpedo, entra in acqua indossando l'equipaggiamento (pinne+torpedo) e nuota 25m o 33m fino al pericolante che aspetta in acqua mantenendo una mano alla parete di virata. Il soccorritore, una volta raggiunta e toccata la parete di virata, passerà il torpedo di salvataggio al pericolante che tenendosi al torpedo di salvataggio e/o al suo gancio con entrambe le mani, verrà trainato per 25m o 33m dal soccorritore fino all'arrivo.

In aggiunta a quanto indicato nel *paragrafo 2.3* i seguenti comportamenti saranno sanzionati con una squalifica:

- Pericolante lascia il bordo prima del tocco del soccorritore.
- Durante il traino il pericolante perde il contatto con il torpedo
- Mentre è trainato, il pericolante può battere le gambe, ma non è permesso nessun altro tipo di assistenza.

Ogni staffetta sarà considerata appartenente alla categoria del concorrente più grande.

Ogni società potrà iscrivere un numero illimitato di squadre (pericolante + soccorritore) per ogni categoria ma solo le migliori 2 parteciperanno al punteggio valido per la classifica delle società.

2. REGOLAMENTO

2.1. PARTENZA

Per le fasi di partenza si rimanda alla descrizione delle prove.

2.2. GIURIA E ARRIVO

Tutte le prove sono giudicate a vista. I piazzamenti sono decisi dai giudici di arrivo. I pari merito saranno dichiarati come tali. L'ordine di arrivo della giuria non è soggetto a reclami.

2.3. SQUALIFICHE

I seguenti comportamenti sono sanzionati con una squalifica:

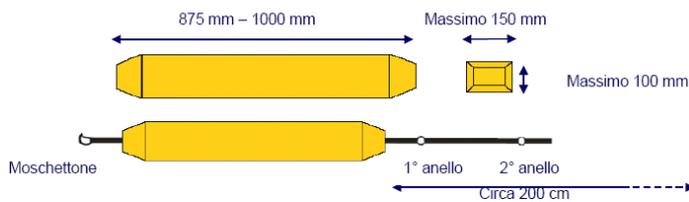
- a) Non terminare la prova così come previsto dal presente regolamento. (SQ1)
- b) Tutti i concorrenti che partono (cioè, iniziano un movimento di partenza) prima che il segnale di partenza sia emesso saranno squalificati: i concorrenti saranno squalificati se cominciano un "movimento di partenza propulsivo" prima che il segnale di partenza sia emesso. Movimenti per se non sono da considerarsi squalifiche. (SQ3)

3. ATTREZZATURA

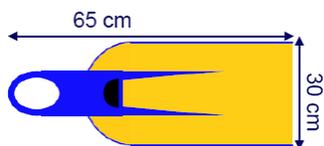
Ostacoli



Torpedo di Salvataggio



Pinne



Le dimensioni delle pinne indicate sono le massime ammissibili per le competizioni (misurate non indossate). Tutte le pinne di dimensione minore o uguale a quelle indicate sono accettate. La scelta è a discrezione dell'atleta.