



TAVOLARA SPORT DAYS

Meeting Nazionale A.C.S.I. di Canoa

Porto Taverna 18- 19-20Settembre 2015

Programma e Bando di Regata

Comitato Organizzatore

Tutti gli aspetti organizzativi sono curati da:

Attività Nuoto per info e iscrizioni Mario Romor – mail: acqua@slowdive.it cell 3498118762

Attività Subacquea Mario Romor – mail: acqua@slowdive.it cell 349-8118762

Attività Canoa Maria Luisa CABONI mail: cagliari@acsi. cell 335-5986395, 335-6084313

La manifestazione si svolgerà a Loiri Porto San Paolo, Località Porto Taverna, fianco concessione Bua / Bar 12.1.

Il programma riportato sotto potrebbe subire variazioni e integrazioni che, verranno comunicate tramite le pagine ufficiali dell'evento indicate a fine bando.

Venerdi 18:

7.30 / 8.30 “Respiro Vivo: Filosofia e tecniche della respirazione”

10:00..... Ritrovo alla spiaggia di Porto taverna e apertura segreteria iscrizioni.

10.30 / 13.00.....Prove sub. sup e snorkeling bambini

10.30 / 13.00 Prove sup per adulti

10.30 / 13.00 Prove sup Pilates

inoltre nel corso della mattinata ci saranno diverse attività promosse in acqua, che verranno diffuse attraverso il web.

Sabato 19: Meeting

07:30 /08:30 ...Respiro Vivo

09:30.....Ritrovo alla Spiaggia di Porto Taverna e apertura segreteria iscrizioni.

09:00/13:00.....Prove Sup, Sub, e snorkeling bambini

10:00/12:00.....Controllo delle imbarcazioni

11:00 13:00 ...Accredito dei partecipanti alle gare ed all'escursione di domenica.

15:00.....Conferenza informativa con gli atleti (briefing).

15:20.....10 minuti alla partenza, ingresso in acqua delle imbarcazioni.

15:27.....3 minuti alla partenza, segnale d'inizio della procedura di partenza.

15:30.....Partenza gara Kayak mare, Polinesiane e Surfski.

17:00.....Scadenza tempo massimo.

17:30.....Gare Sprint Polinesiana Doppia con batterie

19:00.....Premiazioni.

Tempo massimo di fine gara 1h, 30 minuti

Domenica 20:

Ore 9:00 fino alle ore 10:30 Apertura segreteria iscrizioni escursione canoa e gara di nuoto, e ritiro credenziali per chi si fosse iscritto via mail.

Ore 9.30 / 10.30 Controllo imbarcazioni

Ore 11:00 Partenza per Tavolara escursione canoa

Ore 12:00 Ritrovo partecipanti traversata a nuoto e briefing

Ore 13:00 Partenza da Porto Taverna Gommoni Trasferimento nuotatori a Tavolara

Ore 15:30 Partenza da Tavolara a Porto Taverna Traversata Nuoto e rientro canoe

Ore 18.30 Premiazioni

durante le 3 giornate alle ore 10.00 sarà possibile per i bambini/ragazzi fare le prove di subacquea e snorkeling verranno fatti degli slot di orario in concomitanza con la fine delle altre attività.

Iscrizioni

Modalità:

La manifestazione è riservata ai possessori di tessera ACSI in corso di validità per l'annualità 2015/2016. Per partecipare alle gare è necessario fornire copia di "Certificato medico di idoneità per attività sportiva non agonistica" (o per chi ne fosse già in possesso quello per attività agonistica) in corso di validità.

E' preferibile eseguire l'iscrizione scaricando il modulo in formato testo (word, open office, ecc.) sul sito: <http://slowdive.it/acsitavolarasportdays.html> o a seconda della disciplina richiederlo agli indirizzi riportati sotto "Comitato Organizzatore" dovrà poi essere inviato debitamente compilato in chiaro agli indirizzi riportati sopra a seconda della tipologia di disciplina entro e non oltre il 15.09.2015, sarà poi possibile ritirare in loco le credenziali e i gadgets evento.

Chi è già in possesso di tessera ACSI in corso di validità (annualità 2015/2016) deve riportare sul modulo d'iscrizione il numero e il nome del comitato ACSI emittente, o dell'associazione che l'ha emessa. Al ritiro delle credenziali presso la segreteria d'iscrizione sarà richiesto di esibire la tessera, ulteriori informazioni potranno essere richieste ai contatti forniti in prima pagina.

Il pagamento dovrà essere effettuato al tavolo della segreteria che aprirà il giorno

18.09.2015 dalle ore 10:00.

- Chi non avesse la possibilità di iscriversi utilizzando il modulo da inviare via email potrà iscriversi direttamente, al tavolo della segreteria, secondo gli orari riportati in programma (prima delle gare oppure domenica mattina prima dell'escursione). In questo caso il Comitato Organizzatore non è in grado di garantire la disponibilità dei gadget omaggio e la quota di iscrizione non manterrà le agevolazioni riservate a chi invia il modulo via e-mail entro la data indicata.

Canoa:

La tessera ACSI per l'annualità 2015/2016 è obbligatoria per tutti i partecipanti. Chi ne fosse sprovvisto può richiederla all'atto dell'iscrizione al costo di € 8,00 per gli adulti e di € 5,00 per i ragazzi fino ai 14 anni. Questo importo si somma ai costi d'iscrizione.

Iscrizione via e-mail

La quota di partecipazione alle gare è di **15.00 €** per gli adulti, **gratuita** per ragazzi fino ai 14 anni.

Nota: L'iscrizione alla gara di sabato abbinata all'escursione della Domenica costa complessivamente 22.00 € (il costo della sola escursione è 7.00 €). A questo costo va sommato l'eventuale tesseramento ACSI.

Iscrizione diretta prima dell'evento (in loco).

La quota di partecipazione alla gara è **18.00 €** per gli adulti, **gratuita** per ragazzi fino ai 14 anni.

Nota: L'iscrizione alla gara abbinata all'escursione del sabato costa complessivamente 25.00 € (il costo della sola escursione è 7.00 €). A questo costo va sommato l'eventuale tesseramento ACSI.

Nuoto - Sub - Sup - Snorkeling

La tessera ACSI per l'annualità 2015/2016 è obbligatoria per tutti i partecipanti.

Gara Nuoto per chi si iscrive via mail € 12.00

Gara Nuoto per chi si iscrive in loco € 20.00

Per le prove sub contattare il referente per maggiori info.

Per chi non fosse in possesso della tessera ACSI poichè non iscritto alle attività in elenco potrà richiederla in loco al costo di € 8.00 e di € 5.00 per i ragazzi fino ai 14 anni.

RESPIRO VIVO

sarà gratuito per coloro che sono già iscritti alle attività di nuoto o canoa e avrà un costo di 10.00 per tutti gli altri.

Gara Canoa:

Categorie e classi ammesse

Le prove si svolgeranno nel rispetto del "Regolamento ACSI di Canoa - Edizione 2014" sarà possibile richiederne copia agli organizzatori, saranno comunque disponibili delle copie consultabili nel Gazebo segreteria.

Sono ammesse alla partenza le seguenti categorie:

*Under 35	* Under 50	* Under 60	* Over 60
------------------	-------------------	-------------------	------------------

e le seguenti classi:

UOMINI	KM1	KM2	SS1	SS2	OC1	OC2
DONNE	KM1	KM2	SS1	SS2	OC1	OC2
MISTO	-	KM2	-	SS2	-	OC2

Il numero di concorrenti necessario per costituire una categoria/classe non deve essere inferiore a 5 (cinque). Qualora il numero degli iscritti fosse esiguo, il Comitato Organizzatore si riserva il diritto di decidere se accorpate ulteriormente due o più classi in una sola "Open".

Percorso

E' previsto un solo percorso per Kayak mare, Surfski e Polinesiane che si sviluppa all'interno della baia di Porto Taverna, nello specchio d'acqua compreso tra la spiaggia di P.to Taverna, l'isola di Cana e l'isola di Reolino.

Il percorso è lungo circa **6.5 km**.

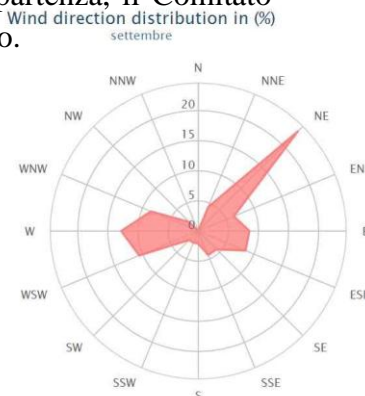
La linea di partenza è posta in prossimità della spiaggia, come indicato nella mappa sotto riportata. Il percorso dovrà essere affrontato in senso antiorario.

In caso di condizioni meteo difficili il percorso sarà abbreviato per tutte le classi, con l'apposizione Boe all'interno delle due isole. Durante la conferenza informativa prima della partenza, il Comitato Organizzatore si riserva di comunicare ulteriori modifiche o riduzioni del percorso.

Caratteristiche e grado di difficoltà

All'interno della baia di Porto Taverna il moto ondoso è moderato anche in presenza di forte vento. L'immagine a destra mostra la direzione e l'intensità statistiche del vento nel mese di settembre nella vicina stazione meteo di Costa Romantica. (fonte <http://www.windfinder.com>).

Il percorso alternativo previsto in caso di condizioni meteo sfavorevoli è sufficientemente raccolto da agevolare il contatto con i mezzi di assistenza.




Verifiche tecniche e di sicurezza

In conformità al “Regolamento del Campionato Nazionale ACSI di Canoa – Edizione 2014” le barche e gli equipaggiamenti saranno controllati prima della partenza dal “Controllore delle Imbarcazioni”. Prima di prendere il mare tutti i partecipanti dovranno confermare la propria partecipazione e all’arrivo confermeranno il regolare rientro a terra.

Ogni imbarcazione potrà essere controllata in qualsiasi momento per accertare la rispondenza dell’attrezzatura alle regole di classe e alle disposizioni di sicurezza riportate nel “Regolamento del Campionato Nazionale ACSI di Canoa – Edizione 2014”. Il Comitato di Regata si riserva la facoltà di sottoporre ciascun concorrente all’arrivo ad ulteriori verifiche tecniche e sportive.

Barche ufficiali

Le barche dell’organizzazione esporranno una bandiera azzurra, bianca e arancio, di dimensioni 80 x 60 cm

circa, col logo  .

Partenza

Procedura di partenza

La procedura di partenza sarà scandita da una serie di segnali esposti sulla Barca Giuria. Un quarto d’ora circa prima del “VIA” la Barca Giuria eseguirà la segnalazione d’inizio comunicazioni esponendo il “Pennello Intelligenza”.

L’esposizione del “Pennello Intelligenza” sarà accompagnata da un segnale acustico lungo col significato di: **“Prepararsi a mettersi a disposizione del giudice di partenza; la procedura di partenza avrà inizio entro 10 minuti”**. Immediatamente dopo l’esposizione del Pennello Intelligenza tutti i partecipanti dovranno essere in acqua con i prescritti equipaggiamenti di sicurezza a bordo e dovranno mettersi a disposizione del giudice di partenza restando a portata di voce.

Il Pennello Intelligenza sarà ammainato all’inizio della procedura di partenza, contemporaneamente all’esposizione della **“Bandiera di VIA”** che sarà accompagnata da un segnale acustico col significato di: **“Mancano 3 minuti alla partenza”**. All’esposizione della “Bandiera di VIA” tutti i partecipanti dovranno aver indossato i giubbotti salvagente o altri adeguati mezzi di galleggiamento personale (*mute da sub o mute stagne non sono considerate adeguati mezzi di galleggiamento personale*), il paraspruzzi dovrà essere correttamente allacciato al pozzetto, ogni ulteriore equipaggiamento di sicurezza prescritto in fase di briefing (*es. leash*) dovrà essere correttamente posizionato ed il concorrente dovrà restare a disposizione del giudice di partenza per ogni eventuale verifica.

Durante l’**ultimo minuto**, annunciato a voce dal giudice di partenza, i partecipanti dovranno rimanere allineati in prossimità della linea di partenza, seguendo le indicazioni del giudice di partenza. Nessuno dovrà oltrepassare la linea di partenza per non causare una falsa partenza. L’allineamento di tutte le canoe deve essere a una distanza laterale tale da consentire il libero movimento delle pagaie, circa 1,5 metri tra bordo e bordo.

Il **“VIA”** alla competizione sarà dato quando il giudice riterrà corretto l’allineamento e il rispetto della procedura di partenza, **ammainando la “Bandiera di VIA”** e con un segnale acustico.

Falsa partenza

In caso di falsa partenza saranno emessi 2 brevi segnali acustici e dovrà essere ripetuta la procedura di partenza dall'esposizione della "Bandiera di Via".

Un partecipante che provocherà per due volte una falsa partenza sarà penalizzato come previsto dal "Regolamento del Campionato Nazionale ACSI di Canoa - Edizione 2014".

Rinvio della partenza

Prima del segnale di partenza il Comitato di Regata può, per qualsiasi ragione, differire la regata esponendo nuovamente il "Pennello Intelligenza" ed emettendo due brevi segnali sonori.

Cronometraggio

L'ordine di arrivo è dato dalle posizioni occupate dai concorrenti.

Modalità e termine di scadenza dei ritiri

Tutti coloro che si ritirano hanno l'obbligo di comunicare la loro posizione e la decisione di ritirarsi ad una barca appoggio oppure direttamente al Comitato Organizzatore ai numeri indicati a pagina 1.

Chi non raggiungesse l'arrivo entro il tempo massimo previsto deve mettersi in comunicazione con i mezzi di assistenza per essere recuperato o continuare fuori gara, ma da questo momento in poi non sarà più garantita l'assistenza dei servizi di soccorso.

Premiazione e ringraziamenti

Saranno premiati i primi 3 arrivati di ogni categoria. La cerimonia di premiazione avrà inizio alle ore 19.00 presso la postazione di partenza ed arrivo

Modifiche al bando di regata

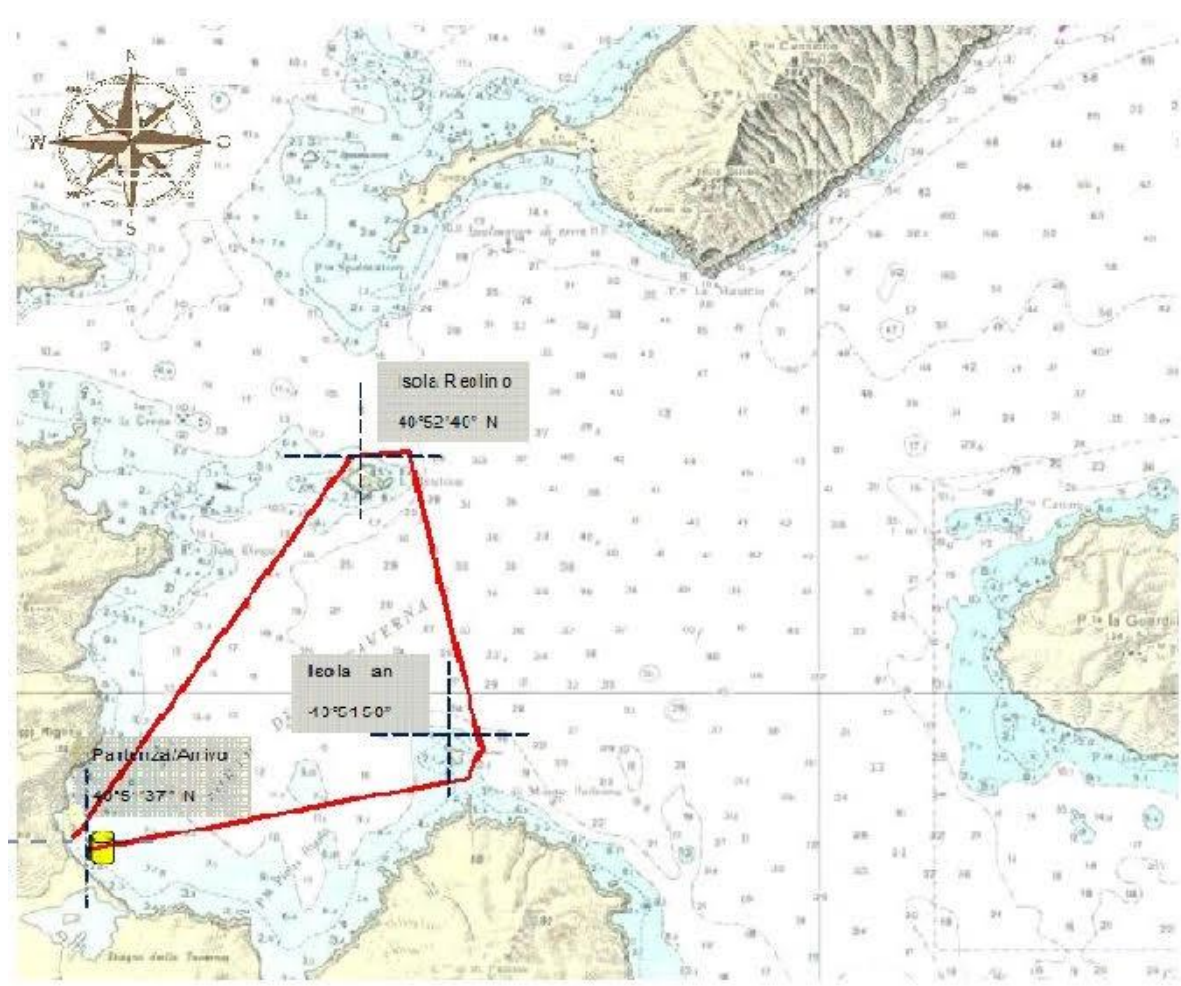
Possibili modifiche alle istruzioni del presente bando di regata saranno comunicate verbalmente nel corso della conferenza informativa (*briefing*) mezz'ora prima della partenza. Successive modifiche potranno essere fatte solamente in acqua e comunicate a voce dal giudice di partenza a tutte le imbarcazioni entro 3 minuti dalla partenza.

Arrivo

La gara è considerata conclusa ed il tempo è rilevato quando la prua dell'imbarcazione oltrepassa la linea di traguardo. L'imbarcazione non è obbligata ad attraversare completamente la linea d'arrivo.

Rinuncia a responsabilità

I partecipanti prendono parte alla regata a proprio rischio e pericolo. Il Comitato Organizzatore non assume alcuna responsabilità per danni a persone, animali o oggetti, per infortuni o morte dei partecipanti conseguenti alla prova o per fatti avvenuti prima, durante o dopo la regata.



PERCORSO ESCURSIONE CANOA



PERCORSO GARA NUOTO



Tutte le informazioni aggiuntive, come le convenzioni e i consigli "dove mangiare - dove dormire" e il regolamento della gara nuoto verranno rese note nella pagina ufficiale dell'evento:

<http://slowdive.it/acsitavolarasportdays.html>

e sulle pagine ufficiali su facebook.