



Scuola
Nordic Walking
Bassano



REGOLAMENTO

NORDIC WALKING STYLE – CIRCUITO NAZIONALE DI TECNICA

Bassano del Grappa 05/12/2021

1. Lunghezza del percorso sarà di circa 650 mt da percorrere 3 volte per un totale di circa 2.000 mt. Il circuito sarà prevalentemente sterrato/prato con una larghezza minima di 5mt
2. I concorrenti parteciperanno tutti assieme, femmine, maschi, istruttori e camminatori che concorreranno per due classifiche distinte: camminatori e istruttori. Saranno premiati i primi 5 di ogni categoria
3. Nel percorso saranno presenti tratti liberi e tratti dove andranno eseguite 5 tecniche/andature obbligatorie da regolamento ed altre 2 a scelta degli organizzatori per un totale di 7 prove. Ogni prova si svolgerà su un tratto compreso tra i 30 e i 50 mt.
4. Le 5 prove obbligatorie sono:
 - Alternato
 - Parallelo a 2
 - Parallelo a 3
 - Monobraccio
 - 3 passi alternato + 1 parallelo a 3

Le 2 prove a scelta sono da individuare fra:

 - Parallelo a 4 + parallelo a 3
 - Parallelo a 3 + parallelo a 2
 - Alternato con bastoncini in sospensione, senza appoggio
 - Parallelo a 3 con bastoncini in sospensione, senza appoggio
 - Tratti nelle due andature sopra indicate da ripetersi con numero di passi a scelta degli organizzatori
 - Parallelo a 2 o 3 in salita (ove possibile)
 - Tratti in alternato seguiti da tratti in parallelo da ripetersi
5. Le partenze dei concorrenti saranno distanziate di 20'' con partenze a gruppi di massimo 30 concorrenti per manches.

6. Sarà presente: un giudice capo e giudici di campo per un numero minimo di 7 (uno per prova).
Il giudice capo sarà nominato dai coordinatori del circuito in base all'esperienza.
Il giudice capo valuterà il gesto complessivo nella tecnica alternata.
7. Per i pari merito vale il voto del giudice capo assegnato durante la prova.
8. I punteggi sulla tecnica/andature saranno assegnati secondo i parametri stabiliti dal corso giudici SINW per un totale massimo di 10 punti.
Il punteggio del giudice capo, sul gesto tecnico complessivo, sarà da 0 a 5.
Per i cambi di tecnica/andatura il punteggio sarà da 0 a 3.
9. La partecipazione alle gare del circuito è aperta a tutti i camminatori/istruttori iscritti ad una ASD regolarmente affiliata ad un EPS.
Ogni partecipante sarà coperto dall'assicurazione della ASD alla quale è iscritto.
10. Quota iscrizione: 8€ per pagamenti effettuati entro giovedì 2 dicembre, dopo tale data 10€
11. Premi: i primi 5 istruttori e i primi 5 camminatori
12. Sarà pubblicata una sola classifica generale finale (divisa per camminatori e istruttori) senza i singoli voti di ogni giudice
13. Gli organizzatori forniranno a tutti i concorrenti un pettorale doppio (da indossare uno davanti e uno dietro, forniti di spillette).
14. Eventuali ricorsi si possono presentare entro 30 minuti dal fine della competizione al giudice capo contestualmente a 50€ di caparra che saranno eventualmente restituiti all'accoglimento della contestazione.
15. Nel briefing pregara, il giudice capo fornirà ai giudici di campo le tabelle dove registrare i punteggi e contestualmente comunicherà il numero dei pettorali dei concorrenti assenti da depennare.
16. Nella competizione sono ammessi tutti i tipi di bastoncini purchè da nordic walking e con una lunghezza non inferiore a quella misurata in modo che si vengano a creare tre angoli da 90° tra braccio e avambraccio, tra avambraccio e bastoncino e tra bastoncino e terreno.
17. Saranno adottati tutte le prescrizioni emanate dalle autorità preposte in materia di Covid19, con l'adozione di specifici protocolli Covid19.
18. L'organizzazione si riserva di annullare il contest in caso di particolari condizioni che non permettano il regolare svolgimento e garantire la sicurezza dei partecipanti.
19. Il ritiro del pettorale avverrà in sede di gara presentandosi alla postazione della segreteria della manifestazione esibendo copia del certificato medico agonistico/non agonistico e con l'autocertificazione prevista dal protocollo anticovid presente sul sito:
<http://www.nordicwalkingbassano.it/nordic-walking-style/>

20. Per le iscrizioni compilare il modulo che si trova al link:

<https://forms.gle/8VbCcvEtom6CAK1z7>

21. Pagamento della quota di iscrizione tramite bonifico bancario:

IBAN IT60M0880760260000000071504 intestato a Scuola Nordic Walking Bassano,
indicando nella causale COGNOME -NOME - 05/12/2021

Per le associazioni che effettuano pagamenti di gruppo inviare email a
segreteria@nordicwalkingbassano.it con gli estremi del bonifico e i nomi dei partecipanti.

Il comitato organizzatore del circuito è costituito da Fabio Moretti, Tiziano Ardemagni,
Gianfranco Cinel e Giuliano Borella.

I coordinatori del circuito sono Gianfranco Cinel e Giuliano Borella.

Il comitato organizzatore della tappa è costituito da:

- Gianfranco Cinel tel. 335 1311770
- Paolo Zen tel. 348 8081242

Per informazioni: segreteria@nordicwalkingbassano.it