



FONDAZIONE TORNEO RAVANO COPPA PAOLO MANTOVANI

We believe we can make a difference in Sport's Education in Italy and the World

# 36° TORNEO RAVANO - 27° COPPA PAOLO MANTOVANI

## TORNEO DI CANOTTAGGIO

1. Il Torneo di canottaggio è **riservato agli alunni delle classi quarta e quinta elementare.**
2. Ricordiamo che **con la consegna della distinta di gara si rilascerà accettazione completa del regolamento ivi compreso quindi la capacità, per chi ha scelto gli Sport Acquatici, che gli alunni iscritti siano in grado di nuotare.**
3. Si accede al torneo mediante iscrizione di una squadra composta **da un minimo di 4 ad un massimo di 6 atleti.** La squadra prende il nome della Scuola seguito da un numero progressivo.
4. E' consentito formare squadre di genere misto e, indifferentemente, con alunni della quarta e della quinta classe.
5. **La fase della competizione** è a terra e prevede che ciascuna squadra svolga una prova a staffetta al remoergometro di mt. 1200 complessivi, con frazioni da mt. 200 per ogni componente della squadra. In una squadra da 6 ogni bambino farà una frazione della staffetta da 200mt. In squadre da 4 o 5 bambini alcuni componenti della squadra dovranno effettuare ulteriori 200mt fino al raggiungimento dei 1200 mt complessivi. A ciascuna squadra verrà assegnato, per sorteggio, un remoergometro messo a disposizione dall'organizzazione e gareggerà contemporaneamente ad altre tre squadre avvalendosi del software di simulazione applicato all'indoor rower. Ai fini del punteggio, faranno fede i tempi finali di completamento del percorso complessivo di mt. 1200 da parte della squadra. Qualora la squadra non riesca a completare la prova, le verrà assegnato d'ufficio un tempo finale di 20'.
6. **Punteggio e graduatoria:** Ai fini del punteggio, faranno fede i tempi finali di completamento del percorso complessivo di mt. 1200 da parte della squadra. Qualora la squadra non riesca a completare la prova, le verrà assegnato d'ufficio un tempo finale di 20'.
7. **Prova in acqua:** in seguito alla prova a secco su remoergometro tutti i componenti delle squadre verranno accompagnati nella parte sottostante il palazzetto per effettuare una prova in acqua seguiti da i nostri istruttori. Le imbarcazioni utilizzate hanno una portata di 4 persone: 1 istruttore e 3 bambini. Pertanto ogni squadra sarà suddivisa in due gruppi. Al termine della prova i bambini torneranno all'interno del palazzetto
8. **Varie:** è vivamente consigliato portarsi abbigliamento di ricambio, costume per la prova in piscina, ciabatte e quant'altro per fare la doccia.