

MANIFESTAZIONE NAZIONALE DI NUOTO

“TUTTI IN PISCINA”

Trofeo Scuole Nuoto

La Federazione Italiana Nuoto – Settore Propaganda, nel quadro delle proposte rivolte allo sport amatoriale, organizza per la stagione sportiva 2025- 2026 la Manifestazione Nazionale di Nuoto **Tutti in piscina-Trofeo Scuole Nuoto** riservata agli atleti/e regolarmente tesserati per l'attività di propaganda con Società affiliate alla Federazione Italiana Nuoto.

L' edizione 2025-2026 si svolgerà su due sedi in concomitanza nelle date del 31 Maggio, 1 e 2 Giugno.

- **MILANO - PISCINA MECENATE**
Piscina D. Samuele
Via Trani, 1 (angolo Via Mecenate) – 20138 Milano
- **TERMOLI PISCINA**
Centro Regionale FIN Molise "Antonio Casolino"
via Molinello 125 – 86039 Termoli (CB)

Le società sportive che intendono partecipare alla manifestazione potranno effettuare le iscrizioni dei propri atleti/e secondo lo schema sotto riportato.

Concentramento Nord Società affiliate presso i C.R.FIN delle regioni:

Valle d'Aosta – Piemonte- Lombardia- Veneto-Bolzano-Trento
Friuli Venezia Giulia - Liguria- Emilia Romagna

Concentramento Centro-Sud affiliate presso i C.R.FIN delle regioni:

Toscana – Marche-Umbria-Lazio-Abruzzo-Molise
Puglia-Campania-Calabria-Sicilia- Sardegna

In deroga a tale suddivisione si potrebbe concedere alle società che ne faranno richiesta, al Settore Propaganda Nazionale la possibilità di cambiare concentramento per ovvi ed evidenti motivi che ne facilitino la partecipazione. Tale richiesta a firma del presidente della società dovrà pervenire entro la data del 13 aprile 2026.

Regolamento

Alla manifestazione potranno partecipare gli atleti che avranno partecipato alle attività direttamente proposte dai Comitati Regionali e/o alle manifestazioni che abbiano ottenuto il riconoscimento da parte dei Comitati stessi.

Potranno partecipare tutti gli atleti che in regola con il tesseramento Propaganda. Le iscrizioni saranno raccolte attraverso il portale federale (vedi paragrafo iscrizioni).

A seconda e della categoria le iscrizioni degli atleti saranno regolamentate come segue:

Categorie Esordienti e Giovanissimi: ogni atleta potrà partecipare:

- a tre gare di nuoto individuali di stile in programma ed alle staffette per categoria (2Fe/2Ma)
- il nuoto-salvamento una scelta tra nuoto ostacoli (vedi regolamento specifico);
- *NuotoSenzaCorsie* (solo cat. Giovanissimi)

Categoria Allievi: ogni atleta potrà partecipare:

- a tre gare di nuoto individuali di stile in programma ed alle staffette per categoria (2Fe/2Ma)
- il nuoto-salvamento una a scelta tra nuoto ostacoli e traino torpedo vedi (regolamento specifico);
- *NuotoSenzaCorsie*;
- DID 1

Categorie Ragazzi e Juniores: ogni atleta potrà partecipare:

- a tre gare in programma nella distanza da 50 metri, alle staffette per categoria (2Fe/2Ma) (chi nella categoria Juniores sceglierà la gara dei 100 SL non potrà essere iscritto alla gara dei 50 SL e viceversa)
- il nuoto-salvamento una scelta tra nuoto ostacoli e traino torpedo vedi (regolamento specifico);
- *NuotoSenzaCorsie*;
- DID 2 (cat. Ragazzi) - DID3 (cat. Juniores)

Categorie: Cadetti, Seniores ogni atleta potrà partecipare:

- a tre gare di nuoto individuali di stile in programma (chi sceglierà la gara dei 100 SL non potrà essere iscritto alla gara dei 50 SL e viceversa), alle staffette per categoria (2Fe/2Ma).
- il nuoto-salvamento una scelta tra nuoto ostacoli e traino torpedo vedi (regolamento specifico);
- *NuotoSenzaCorsie*
- DID3

Costumi

Per tutte le categorie, in questa manifestazione, non è consentito gareggiare con costumi da competizione e neanche con costumi non regolamentari. (esempio: costume a pantaloncino lungo fino alle ginocchia). Solo costume slip.

Il salvamento “impegno e cultura”

Il salvamento sportivo è una delle cinque attività della F.I.N. Questa disciplina rappresenta cultura, impegno civile, solidarietà, insegna e sensibilizza i giovani ad acquisire quella “cultura dell’acqua” intesa in senso più ampio. Inoltre, integra il percorso tecnico-formativo delle attività che si svolgono all’interno delle scuole nuoto. Riviste, adattate e semplificate, proprio per consentire un facile approccio. **Le gare presenti in questa manifestazione rappresentano in preludio e un approccio facilitato alla manifestazione dedicata al salvamento in programma a settembre (rimandiamo alla lettura del regolamento specifico). Nelle due manifestazioni di “Tutti in Piscina” gettiamo le basi per organizzare una manifestazione strettamente dedicata al salvamento in mare e sulla spiaggia.**

Le gare “didattiche”

Una proposta ludico-competitiva mista di tecniche di nuoto “antiche” e abilità specifiche acquatiche volte ad ampliare le esperienze dei nostri nuotatori con uno sguardo orientato verso la ricerca della sicurezza acquatica con lo scopo di salvaguardare la vita umana.

PROSPETTO CATEGORIE - ANNI - GARE

ESORDIENTI	2020	50 MT DO - SL - RA - 25MT FA STAFF. 4X50 SL 2F+2M
	2019	
GIOVANISSIMI	2018	50 MT DO - SL - RA - FA STAFF. 4X50 SL 2F+2M - STAFF. 4X25 MI 2F+2M
	2017	50 NUOTO CON OSTACOLO <i>NuotoSenzaCorsie</i>
ALLIEVI	2015	50 MT DO - SL - RA - FA STAFF. 4X 50 SL 2F+2M - STAFF. 4X50 MI 2F+2M
	2016	50 NUOTO CON OSTACOLO - 4X50 2F+2M NUOTO OSTACOLI 50 TRAINO TORPEDO - DID 1 <i>NuotoSenzaCorsie</i>
RAGAZZI	2013	50 MT DO - SL - RA - FA - STAFF. 4X50 SL 2F+2M - STAFF. 4X50 MI 2F+2M
	2014	50 NUOTO CON OSTACOLO - 4X50 2F+2M NUOTO OSTACOLI 50 TRAINO TORPEDO - DID 2 <i>NuotoSenzaCorsie</i>
JUNIORES	2011	50 MT DO - SL - RA - FA / 100 SL STAFF. 4X 50 SL 2F+2M - STAFF. 4X50 MI 2F+2M
	2012	50 NUOTO CON OSTACOLO - 4X50 2F+2M NUOTO OSTACOLI 50 TRAINO TORPEDO - DID 3 <i>NuotoSenzaCorsie</i>
CADETTI	2009	50 MT DO - SL - RA - FA / 100 DO / 100 RA / 100 SL STAFF. 4X50 SL 2F+2M STAFF. 4X50 MI 2F+2M
	2010	50 NUOTO CON OSTACOLO - 4X50 2F+2M NUOTO OSTACOLI 50 TRAINO TORPEDO- DID 3 <i>NuotoSenzaCorsie</i>
SENIORES	2007	50 MT DO - SL - RA - FA / 100 DO / 100 RA / 100 SL STAFF. 4X50 SL 2F+2M STAFF. 4X50 MI 2F+2M
	2008	50 NUOTO CON OSTACOLO - 4X50 2F+2M NUOTO OSTACOLI 50 TRAINO TORPEDO- DID 3 <i>NuotoSenzaCorsie</i>

PROGRAMMA GARA

Le gare per ogni categoria verranno distribuite nell'arco delle giornate definite. Nel più breve tempo possibile verrà redatto e pubblicato sul sito anche il programma specifico.

Nota aggiuntiva: per le categorie Juniores e Cadetti / Seniores alla scadenza delle iscrizioni si potrebbe verificare la necessità di accorpare i partecipanti in due uniche categorie.

ISCRIZIONI: saranno gestite tramite il portale federale.

- saranno attive nella sezione nuoto le iscrizioni relative alle gare del nuoto (individuali e staffetta), nuoto senza corsie (denominata 400 SL individuale e staffetta denominata 4x200) e prove didattiche
- saranno attive nella sezione del salvamento le gare relative alle prove del salvamento

SCADENZA ISCRIZIONI:

- le iscrizioni saranno attive da lunedì **13 aprile 2026** a mercoledì **13 maggio 2026** (ore 23.45)

QUOTE: gara individuale: nuoto, salvamento, NSC, DID: 4,00 euro;
gara staffetta: staffetta nuoto: 7,00 euro;

Bozza Programma evento

31 maggio, pomeriggio: gare di nuoto

1° giugno, mattina: gare di nuoto
pomeriggio: gare didattiche, ostacoli (tutte le categorie), *“NuotoSenzaCorsie”*

2 giugno, mattina: gare di nuoto

N.B. Il programma evento è da considerarsi una ipotesi teorica. La distribuzione definitiva e gli orari della manifestazione verranno redatti in base alle iscrizioni pervenute.

NUOTO PER SALVAMENTO e GARE DIDATTICHE

Nuoto con torpedo

Descrizione della prova:

Al segnale di partenza, il concorrente si tuffa e nuotano 50 mt. a stile libero con il torpedo di salvataggio al traino.

Partenza con il torpedo di salvataggio: Alla partenza, il concorrente può posizionare il torpedo di salvataggio e la sagola a sua discrezione, ma all'interno della corsia assegnata. Ogni concorrente dovrà garantire un posizionamento corretto e sicuro del torpedo di salvataggio. Il torpedo di salvataggio non può essere agganciato all'anello in nessun momento durante tutta la prova.

Vestizione del torpedo di salvataggio: Il torpedo di salvataggio deve essere indossato correttamente con la bandoliera sopra una o due spalle, o a tracolla sopra una spalla e attorno al petto, a discrezione del concorrente. Un concorrente non sarà squalificato se, durante la prova la bandoliera scivola sul braccio o gomito, purché il torpedo di salvataggio fosse stato indossato correttamente.

Nuoto con ostacoli

L'attrezzo potrà essere realizzato oltre che con la classica struttura (pannelli verticali di 70), anche attraverso dei sottopassaggi orizzontali di 2 mt. utilizzando ad esempio teli, fasce, nastri, corsie disposte trasversalmente.

Gli ostacoli sono fissati ad angolo retto con la cordata di galleggianti, in linea retta attraverso tutte le corsie. Il primo ostacolo è posizionato a 12,5m dalla parete di partenza, con il secondo ostacolo a 12,5m dall'opposta parete di virata. La distanza tra i due ostacoli è 25m.

Descrizione della prova

Al segnale di partenza, i concorrenti si tuffano, nuotano 100/50/25 metri passando 4 volte, 2 volte o 1 volta rispettivamente) sotto gli ostacoli sommersi fino a toccare la parete di arrivo. I concorrenti devono rompere la superficie dell'acqua dopo il tuffo di partenza e prima del primo ostacolo, dopo essere passati sotto ogni ostacolo, e dopo ogni virata prima di passare sotto l'ostacolo successivo.

I concorrenti possono spingersi dal fondo della piscina quando emergono da sotto ogni ostacolo. "Emergere" significa che la testa del concorrente rompe il piano della superficie dell'acqua.

Nelle manifestazioni condotte in vasca da 25m, i concorrenti dovranno emergere:

- dopo il tuffo di partenza prima del primo ostacolo;
- dopo essere passati sotto ogni ostacolo prima della virata;
- dopo ogni virata prima di passare sotto l'ostacolo successivo.

Nuotare contro un ostacolo o urtarlo non costituisce motivo di squalifica.

Descrizione DID 1

Categoria: Allievi - distanza di gara 50 metri

1. Tre fischi, preparazione per la partenza dal bordo vasca (a lato del blocco di partenza)
2. Partenza in piedi tuffo di salvamento con testa fuori dall'acqua
3. 25 mt. Nuoto a testa alta (il limite di tolleranza è fissato all'emersione della bocca);
4. Virata a capovolta in vasca da 25 (obbligatoria) o immersione in vasca da 50, percorrere 5 metri in nuotata subacquea (apposita segnaletica verrà posizionata sul fondo) con tecnica libera (es. rana o solo gambe); effettuata l'emersione entro i 10 metri, (valutata con il riferimento del capo e segnalata con birilli posizionati sul bordo), gli atleti completeranno la distanza nuotando a stile libero con un braccio disteso lungo il fianco e utilizzando solamente un arto per propulsione e coordinando la respirazione dal lato della bracciata.

Descrizione DID 2

Categoria: Ragazzi - distanza di gara 50 metri

Tre fischi, preparazione per la partenza dal bordo vasca (a lato del blocco di partenza)

2. Partenza in piedi tuffo di salvamento con testa fuori dall'acqua
3. 25 mt. Nuoto a testa alta (il limite di tolleranza è fissato all'emersione della bocca);
4. Virata a capovolta in vasca da 25 (obbligatoria) o immersione in vasca da 50, percorrere 7 metri in nuotata subacquea (apposita segnaletica verrà posizionata sul fondo) con tecnica libera (es. rana o solo gambe); effettuata l'emersione entro i 12,5 metri, (valutata con il riferimento del capo e segnalata con birilli posizionati sul bordo), gli atleti completeranno la distanza nuotando a stile libero con un braccio disteso lungo il fianco e utilizzando solamente un arto per propulsione e coordinando la respirazione dal lato della bracciata.

Descrizione DID 3

Categoria: JUNIORES – CADETTI – SENIORES - distanza di gara 100 mt

Preparazione della vasca:

Prima della partenza i concorrenti dovranno posizionare le pinnette (di gomma, commerciali e non artigianali) sul bordo vasca in corrispondenza della parete di virata dei 50 metri.

1. Tre fischi, preparazione per la partenza dal bordo vasca (a lato del blocco di partenza)
2. Partenza in piedi tuffo di salvamento con testa fuori dall'acqua
3. 25 mt. Nuoto a testa alta (il limite di tolleranza è fissato all'emersione della bocca);
4. Virata a capovolta in vasca da 25 (obbligatoria) o immersione in vasca da 50, percorrere 10 metri in nuotata subacquea (apposita segnaletica verrà posizionata sul fondo) con tecnica libera (es. rana o solo gambe); effettuata l'emersione entro i 15 metri, (valutata con il riferimento del capo e segnalata con birilli posizionati sul bordo), gli atleti completeranno la distanza nuotando a stile libero con un braccio disteso lungo il fianco e utilizzando solamente un arto per propulsione e coordinando la respirazione dal lato della bracciata.

Composizione delle staffette in tutte le gare

1. Nel corso della manifestazione, uno staffettista non può ripetere la stessa gara a staffetta in altra categoria (anche se in programma in giornata o turno diversi) né può essere sostituito con atleti che abbiano già partecipato, in qualsiasi turno, alla medesima gara a staffetta in un'altra squadra di qualsiasi categoria;
2. Per la composizione delle staffette Senior non esistono limitazioni di categoria, salvo che per gli atleti Allievi e Giovanissimi che non possono essere impiegati;
3. Le staffette, Juniores potranno essere completate con non più di DUE ATLETI appartenenti alla categoria Ragazzi;
4. Le staffette Ragazzi potranno essere completate con non più di DUE ATLETI appartenenti alla categoria Allievi;
5. Le staffette Allievi potranno essere completate con non più di DUE ATLETI appartenenti alla categoria Giovanissimi;
6. Le staffette Giovanissimi potranno essere completate con non più di DUE ATLETI appartenenti alla categoria Esordienti;
7. Le staffette Esordienti dovranno essere composte solo da ATLETI di questa categoria
8. In ciascuna categoria, per ogni gara a staffetta ogni società potrà iscrivere un numero massimo di due formazioni.