



# I vostri nuotatori di salvataggio

## Campionati svizzeri a staffette Pool

### Regolamento 2022

#### **Premessa**

Tutti i termini utilizzati nel presente documento si riferiscono alla forma linguistica sia femminile, sia maschile.

In caso di difficoltà d'interpretazione fa stato la versione tedesca.

#### **Il senso e lo spirito delle gare**

I campionati svizzeri sono una gara sportiva delle sezioni. Uno spirito agonistico leale e sportivo dovrebbe migliorare le tecniche e le capacità dei salvatori, nonché salvaguardare il concetto di salvataggio.



# I vostri nuotatori di salvataggio

## Indice

<b>1</b>	<b>Diritto di partecipazione .....</b>	<b>5</b>
1.1	Squadre .....	5
1.2	Atleti.....	5
<b>2</b>	<b>Gare .....</b>	<b>6</b>
2.1	Categorie .....	6
2.2	Numero dei concorrenti .....	6
2.3	Discipline .....	6
2.4	Suddivisione delle manche e delle corsie .....	6
<b>3</b>	<b>Disposizioni generali .....</b>	<b>7</b>
3.1	Materiale.....	7
3.2	Abbigliamento da gara .....	7
3.3	Occhialini .....	7
3.4	Competenze del responsabile gare.....	7
3.5	Membri di una squadra.....	8
<b>4</b>	<b>Valutazione/Classifica .....</b>	<b>9</b>
4.1	Valutazione di una disciplina .....	9
4.1.1	Valutazione delle discipline natatorie .....	9
4.2	Classifiche .....	9
4.2.1	Classifica per disciplina .....	9
4.2.2	Classifica generale .....	9
4.3	Premi/Onorificenze .....	9
4.4	Squalifica/Penalità/Invasione di corsia .....	10
4.4.1	Squalifica per l'intera gara .....	10
4.4.2	Squalifica in una singola disciplina.....	10
4.4.3	Invasione di corsia.....	10
4.5	Commissione d'arbitrato.....	10
4.6	Contestazioni.....	10
<b>5</b>	<b>Partenza/cronometraggio.....</b>	<b>11</b>
5.1	La partenza.....	11
5.2	Procedura di partenza .....	11
5.3	Falsa partenza.....	11
5.4	Cronometraggio.....	11
5.5	Contestazioni dei tempi .....	11
5.6	Conclusione della gara.....	11
<b>6</b>	<b>Regole tecniche delle gare.....</b>	<b>12</b>



SLRG SSS

# I vostri nuotatori di salvataggio

6.1	Criteri per il trascinamento del manichino .....	12
6.2	Staffetta con manichino (4 x 25 m).....	12
6.2.1	Svolgimento .....	12
6.2.2	Partenza / cambio.....	12
6.2.3	Punti di penalità .....	13
6.2.4	Squalifica .....	13
6.2.5	Nota categoria Giovani.....	13
6.3	Staffetta con cintura di salvataggio (4 x 50 m).....	13
6.3.1	Svolgimento.....	13
6.3.2	Punti di penalità .....	14
6.3.3	Squalifica .....	14
6.4	Nuoto a ostacoli (4 x 50 m) .....	14
6.4.1	Svolgimento.....	14
6.4.2	Punti di penalità .....	15
6.4.3	Squalifica .....	15
6.5	Staffetta di salvataggio (4 x 50 m).....	15
6.5.1	Informazioni preliminari .....	15
6.5.2	Svolgimento.....	15
6.5.3	Punti di penalità .....	16
6.5.4	Squalifica .....	16
6.5.5	Nota categoria Giovani.....	16
6.6	Staffetta con pinne (4 x 50 m) .....	16
6.6.1	Svolgimento.....	16
6.6.2	Cambio .....	17
6.6.3	Punti di penalità.....	17
<b>7</b>	<b>Descrizione del materiale .....</b>	<b>18</b>
7.1	Materiale personale .....	18
7.1.1	Pinne .....	18
7.2	Materiale da gara SSS .....	18
7.2.1	Manichino .....	19
7.2.2	Ostacolo .....	19
7.2.3	Corda di salvataggio.....	19
7.2.4	Cintura di salvataggio.....	20
7.2.5	Palla di salvataggio.....	20
7.2.6	Podio per il lancio delle palle .....	20
7.2.7	Diametri bersaglio.....	20
<b>8</b>	<b>Modifiche del regolamento .....</b>	<b>21</b>



**SLRG SSS**

# **I vostri nuotatori di salvataggio**

8.1	Gruppo di lavoro Regolamento .....	21
8.2	Richieste di modifica .....	21
8.3	Date e termini .....	21
8.4	Controlli delle versioni .....	21



# I vostri nuotatori di salvataggio

## 1 Diritto di partecipazione

### 1.1 Squadre

Hanno diritto alla partecipazione solo le squadre delle sezioni SSS. Con l'iscrizione la sezione conferma che gli atleti in gara sono membri attivi della sezione. L'iscrizione viene firmata da un membro di comitato della sezione.

Se una sezione della SSS non riesce a comporre una squadra completa dalle proprie file, può unirsi con una o più sezioni. In questo caso una delle sezioni deve assumersi la responsabilità e dare il suo nome alla squadra.

### 1.2 Atleti

Sono autorizzati a partecipare ai Campionati svizzeri i possessori di almeno un Brevetto Base Pool valido della SSS (Masters, Open) o SSS Brevetto Giovanile (Giovani, Juniores).

Per squadra possono essere impiegati al massimo due atleti stranieri. Gli atleti che risiedono in Svizzera e dispongono di un permesso di dimora B o di un permesso di domicilio C e i cittadini del Liechtenstein non sono considerati come atleti stranieri ai sensi di questo regolamento



# I vostri nuotatori di salvataggio

## 2 Gare

### 2.1 Categorie

Si distingueranno le categorie Donne e Uomini. Nella categoria Uomini potranno partecipare uomini e donne, nella categoria Donne soltanto le donne.

Sono previste le seguenti categorie a squadra

- Master donne (1992 o più vecchi)
  - Master uomini (1992 o più vecchi)
  - Open donne (2007 o più vecchi)
  - Open uomini (2007 o più vecchi)
  - Juniores donne (2004, 2005, 2006, 2007)
  - Juniores uomini (2004, 2005, 2006, 2007)
  - Giovani (2008, 2009, 2010, 2011)
- 
- Le età indicate valgono per tutti gli atleti di una squadra.
  - Nelle classi di età «Master», «Open» e «Juniores» le atlete possono concorrere nelle categorie maschili.
  - Nella classe di età «Giovani» non ci sono categorie separate a seconda del sesso.

### 2.2 Numero dei concorrenti

Una squadra è composta da un minimo di 4 a un massimo di 6 concorrenti. Ogni concorrente può gareggiare soltanto in una squadra. Il responsabile gare stabilisce il numero massimo di partecipanti insieme alla sezione organizzatrice dei campionati svizzeri.

### 2.3 Discipline

La gara si basa su una piscina con 8 corsie.

- |  |          |
|--|----------|
| • Staffetta con manichino              | 4 x 25 m |
| • Staffetta con cintura di salvataggio | 4 x 50 m |
| • Nuoto a ostacoli                     | 4 x 50 m |
| • Staffetta di salvataggio             | 4 x 50 m |
| • Staffetta con pinne                  | 4 x 50 m |

### 2.4 Suddivisione delle manche e delle corsie

Le squadre vengono suddivise sulla base dei tempi dell'anno precedente nella relativa disciplina. Le squadre più veloci partiranno per ultime.

La squadra che nell'anno precedente ha realizzato il miglior tempo viene posizionata nella corsia centrale in caso di numero dispari di corsie e nella corsia a metà in caso di numero pari di corsie. La squadra con il secondo miglior tempo nell'anno precedente viene posizionata a destra. Tutte le altre squadre seguono a sinistra e destra in modo alternato.

Se per una squadra non è disponibile il tempo dell'anno precedente, si può tenere conto del tempo di un campionato svizzero precedente nella disciplina in questione.



# I vostri nuotatori di salvataggio

## 3 Disposizioni generali

### 3.1 Materiale

Il materiale usato durante la manifestazione, ad eccezione delle pinne, è messo a disposizione dei partecipanti dalla SSS. Il materiale non deve essere manomesso. L'utilizzo di altri mezzi di soccorso e materiale non è consentito.

Il materiale di salvataggio deve essere portato e utilizzato conformemente al suo scopo.

### 3.2 Abbigliamento da gara

Ai concorrenti e alle squadre non è consentito un equipaggiamento sleale che li avvantaggi nei confronti degli altri concorrenti o delle altre squadre.

Il costume da bagno indossato deve essere conforme alle direttive dell'ILS (International Life Saving Federation).

Tutti i concorrenti della stessa squadra indossano le stesse cuffie. Alla cuffia devono provvedere le varie sezioni, alle quali spetta la scelta sia del colore, sia del materiale. L'ideale è optare per un colore e una scritta che ricordino la provenienza della sezione. Costumi da bagno uniformi sono graditi ma non obbligatori.

Il numero di partenza assegnato alla squadra all'inizio della competizione deve essere scritto in modo ben evidente sul braccio destro e sinistro, o sul fianco destro e sinistro, con un pennarello resistente all'acqua e ben tollerato dalla pelle. Al pennarello devono provvedere le varie sezioni.

Per gli allergici il numero di partenza può essere scritto sulla cuffia anziché sul braccio o sulla coscia.

### 3.3 Occhialini

Gli occhialini sono permessi per tutte le discipline.

### 3.4 Competenze del responsabile gare

Il responsabile gare ha la facoltà di delegare tutti i diritti e doveri.



**SLRG SSS**

## **I vostri nuotatori di salvataggio**

### **3.5 Membri di una squadra**

Per la durata della competizione, ogni atleta è tenuto a portare con sé sull'area della gara il suo documento ufficiale con foto (passaporto/carta d'identità/libretto per stranieri B o C). Durante la competizione il responsabile gare può effettuare in qualsiasi momento controlli a campione.

Se all'interno di una squadra risulta assente un atleta (ad es. per malattia, infortunio), esiste la possibilità di sostituirlo con un'altra persona. A questo proposito va osservato il punto 2.2. Ogni cambiamento riguardante la squadra va richiesto in forma scritta al responsabile gare, il quale ha potere decisionale.





# I vostri nuotatori di salvataggio

## 4 Valutazione/Classifica

### 4.1 Valutazione di una disciplina

Le prestazioni dei concorrenti saranno valutate tramite l'assegnazione di punti. I punti saranno conteggiati sulla base di una tabella di valutazione stabilita in precedenza dalla SSS. Da essi verranno detratti eventuali punti di penalità. Il totale dei punti non può essere negativo. Durante i campionati, la tabella di valutazione di volta in volta in vigore viene esposta sulla parete informativa.

#### 4.1.1 Valutazione delle discipline natatorie

Il tempo attualmente registrato come record svizzero vale come riferimento per 1000 punti. Si considera record svizzero il miglior tempo registrato ufficialmente ai Campionati svizzeri o in competizioni internazionali.

### 4.2 Classifiche

Per ogni categoria saranno stilate le seguenti classifiche:

#### 4.2.1 Classifica per disciplina

La posizione in classifica verrà stabilita in base ai punteggi ottenuti.

#### 4.2.2 Classifica generale

La posizione in classifica generale verrà stabilita in base al totale de punteggi ottenuti nelle varie discipline. Nei casi di parità il posto più alto sarà assegnato in base al miglior tempo totale di tutte discipline natatorie (escluso il lancio di precisione della palla di salvataggio).

### 4.3 Premi/Onorificenze

- Le posizioni 1-3 della classifica generale di ogni categoria saranno premiate con 6 medaglie d'oro, argento e bronzo.
- Le posizioni 1-3 di ogni disciplina e categoria saranno premiate con un diploma.



# I vostri nuotatori di salvataggio

## 4.4 Squalifica/Penalità/Invasione di corsia

### 4.4.1 Squalifica per l'intera gara

Una squadra viene squalificata dall'intera competizione se:

- viola in modo consapevole il senso e lo spirito della competizione;
- disobbedisce apertamente o si comporta in modo scorretto (per esempio se un concorrente gareggia in due diverse squadre);
- manomette intenzionalmente il materiale;
- ricorre ad aiuti che l'avvantaggiano slealmente nei confronti degli altri concorrenti.

La squalifica di singoli concorrenti è prevista solo in casi eccezionali.

### 4.4.2 Squalifica in una singola disciplina

Riceve una squalifica (0 punti) in una singola disciplina la squadra che non si presenta puntualmente alla partenza o non osserva il presente regolamento in una disciplina. Quest'ultima verrà valutata assieme alle altre discipline nella classifica generale.

Infrazioni minori verranno sanzionate con penalità. Una squadra può ricevere più penalità nella stessa disciplina.

### 4.4.3 Invasione di corsia

Se durante lo svolgimento di una gara un concorrente viene ostacolato, egli è comunque tenuto a terminare la gara. La commissione d'arbitrato decide in merito a un'eventuale nuova partenza della squadra interessata. In questo caso verrà considerato il secondo risultato.

La squadra il cui atleta effettua l'invasione di corsia viene squalificata nella disciplina in questione.

## 4.5 Commissione d'arbitrato

La commissione d'arbitrato è costituita da tre membri e viene stabilita dal responsabile gare che la presiede. Tale commissione non è composta da membri della stessa sezione. Il responsabile gare non viene considerato appartenente ad alcuna sezione. In ogni caso la commissione d'arbitrato decide in ultima istanza.

Nelle sue decisioni la commissione d'arbitrato può riferirsi al regolamento della International Life Saving Federation ILS.

## 4.6 Contestazioni

Ogni contestazione fondata deve essere espressa per iscritto e consegnata alla segreteria di gara al massimo entro 30 minuti dalla comunicazione dei risultati delle singole discipline. Tale contestazione deve essere redatta dalla squadra che ha sollevato l'obiezione e sottoscritta dal caposquadra. Hanno diritto a presentare contestazioni soltanto le squadre direttamente interessate.



# I vostri nuotatori di salvataggio

## 5 Partenza/cronometraggio

### 5.1 La partenza

Prima di ogni partenza il direttore di gara verifica che:

- tutti i giudici di gara e i cronometristi siano pronti;
- gli atleti siano equipaggiati nel modo corretto e si trovino nella posizione giusta;
- tutti gli attrezzi siano posizionati in modo sicuro e corretto.

Quando atleti, giudici di gara e cronometristi sono pronti per una partenza valida, il direttore di gara segnala:

- con un fischio prolungato che gli atleti devono dirigersi ai blocchi di partenza o in acqua in caso della staffetta con manichino;
- allo starter con braccio teso in direzione della piscina che gli atleti sono di sua responsabilità.

### 5.2 Procedura di partenza

Vale la regola della partenza unica. Dopo il fischio prolungato del direttore di gara, gli atleti si dirigono ai blocchi di partenza o in acqua e rimangono fermi lì. Al suo ordine «Ai posti»/«Auf die Plätze»/«À vos marques» gli atleti si dispongono immediatamente nella posizione di partenza: sui blocchi di partenza con almeno un piede sullo spigolo anteriore, in acqua con una mano sul bordo o sul blocco di partenza. Non appena tutti sono fermi, lo starter dà il segnale di partenza.

### 5.3 Falsa partenza

Se un atleta parte immediatamente prima del segnale di partenza, la gara prosegue. Tutte le squadre che partono troppo presto, alla fine della gara ricevono una penalità di 50 punti.

La partenza viene interrotta se un atleta parte senza che sia stato dato il segnale di partenza. Tutte le squadre che partono troppo presto ricevono una penalità di 50 punti.

### 5.4 Cronometraggio

Il tempo viene cronometrato con precisione in decimi di secondo, nel caso d'un cronometro elettronico in centesimo di secondo. Un cronometro elettronico o semielettronico potrà essere utilizzato a condizione che si predisponga un controllo ufficiale e competente. Il dispositivo installato non deve ostacolare i nuotatori, né durante la partenza, né durante la virata. Il cronometro elettronico è messo in funzione dallo starter. Oltre al cronometraggio elettronico deve essere presente almeno un cronometrista per ogni corsia. Il direttore di gara scatena un cronometro di riserva.

### 5.5 Contestazioni dei tempi

Se in una manche le classifiche dei giudici d'arrivo non concordano con i tempi dei cronometristi, saranno i giudici d'arrivo a decidere il piazzamento dei concorrenti. Ad entrambe le squadre sarà assegnato il tempo calcolato facendo la media dei due tempi ottenuti.

### 5.6 Conclusione della gara

Dopo la fine della gara, gli atleti rimangono nella loro corsia fino a quando il direttore di gara segnala, con un fischio prolungato, che è possibile abbandonare la propria corsia.

## 6 Regole tecniche delle gare

### 6.1 Criteri per il trascinamento del manichino

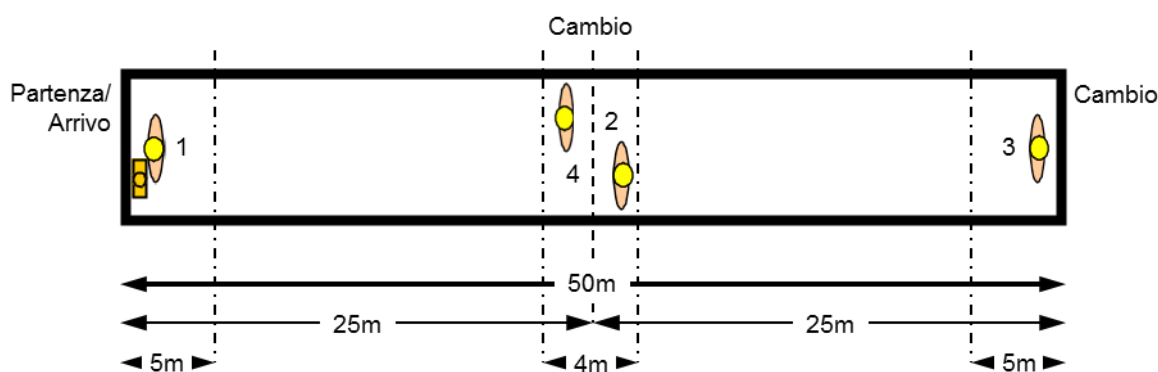
*L'atleta deve trascinare il manichino con almeno una mano e non può tenerlo per anelli, fori, bocca, naso, occhi, gola o simili. Il manichino non può essere spinto, vale a dire la testa non può trovarsi davanti a quella dell'atleta, o venire lanciato. Mentre viene trascinato, il viso del manichino deve essere rivolto verso l'alto e il manichino può essere girato al massimo a 90° sul lato. Durante il trasporto l'atleta e il manichino costituiscono un'unità. Durante il trasporto almeno una parte del corpo dell'atleta o del manichino deve essere sopra la superficie dell'acqua. Non è permesso tenere il manichino sotto il corpo dell'atleta.*

**Il trascinamento del manichino è descritto nella versione delle norme ILS 2019 Edition (Revised February 2020, January 2021, March 2021, March 2022) Seite 46 3.3.2 Carrying the manikin.**

### 6.2 Staffetta con manichino (4 x 25 m)

#### 6.2.1 Svolgimento

Tutti e quattro i salvatori partono in acqua. Il primo nuotatore si tiene con una mano al bordo della piscina/al blocco di partenza. Con l'altra mano tiene il manichino, con bocca e naso sopra la superficie dell'acqua. Dopo il segnale di partenza, il primo salvatore trascina il manichino fino alla zona di cambio (4 m), al centro della vasca, e qui lo consegna al secondo salvatore, il quale, dopo avere toccato il bordo opposto della vasca, lo passa al terzo. Quest'ultimo trascina il manichino fino alla zona di cambio e lo passa al quarto salvatore. La gara termina quando l'ultimo nuotatore ha toccato la parete frontale della vasca con una parte del corpo. Tutti i quattro atleti trascinano il manichino secondo il punto 6.1 Criteri per il trascinamento del manichino.



#### 6.2.2 Partenza / cambio

Alla partenza nella zona di partenza e nella zona di cambio non valgono i Criteri per il trascinamento del manichino (vedi punto 6.1). Tali criteri valgono non appena la testa del manichino ha superato la zona di partenza e di cambio. La zona di partenza è valida da 0 a 5 m, mentre quella di cambio dal 23° al 27° m, dal 50° al 55° e dal 73° al 77° m.

Durante la partenza e il cambio, un salvatore deve tenere sempre almeno una mano a contatto con il manichino. Il salvatore in arrivo non deve lasciare il manichino prima che il salvatore successivo lo abbia afferrato. Il cambio dal 1° al 2° salvatore e dal 3° al 4° deve avvenire all'interno della zona di cambio contrassegnata al centro della vasca. Solo il nuotatore in arrivo e quello successivo possono partecipare al cambio. Il nuotatore in arrivo può aiutare quello successivo durante il cambio a condizione che la testa del manichino si trovi completamente all'interno della zona di cambio.



## I vostri nuotatori di salvataggio

### 6.2.3 Punti di penalità

- Falsa partenza del primo nuotatore 50 punti
- Consegna del manichino prima di toccare il bordo 100 punti
- Partenza anticipata del concorrente successivo 100 punti
- Perdita di contatto con il manichino 200 punti
- Trasporto non corretto del manichino fuori dalla zona di cambio 200 punti
- Passaggio al di fuori della zona di cambio 200 punti
- Abbandono della corsia prima del fischio conclusivo 200 punti

### 6.2.4 Squalifica

- Un nuotatore percorre più di un tratto del percorso.
- Un nuotatore avanza tenendosi sui separatori di corsia.
- Un terzo nuotatore aiuta al momento del cambio.
- Motivi ai sensi del punto 4.4.

### 6.2.5 Nota categoria Giovani

Nella categoria Giovani, la staffetta con manichino viene eseguito con un manichino vuota.

## 6.3 Staffetta con cintura di salvataggio (4 x 50 m)

### 6.3.1 Svolgimento

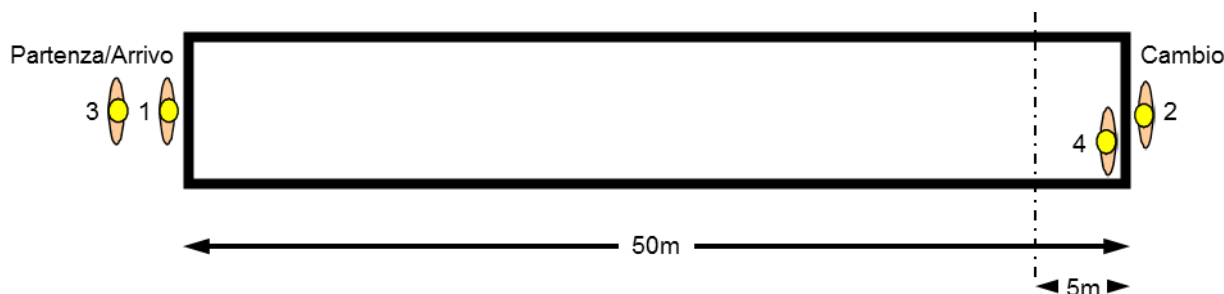
- Salvatore 1: 50 m stile libero
- Salvatore 2: 50 m stile libero con pinne
- Salvatore 3: 50 m stile libero con cintura di salvataggio, successivamente ruolo di infortunato
- Salvatore 4: 50 m stile libero con pinne, cintura di salvataggio e trascinamento dell'infortunato

Dopo il segnale di partenza, il 1° salvatore nuota per 50 m a stile libero, successivamente il 2° salvatore percorre 50 m a stile libero con le pinne. Il 3° salvatore si mette la cintura di salvataggio sopra una spalla, assicurandosi che, durante la partenza, nessuna parte della cintura di salvataggio invada la corsia vicina. Dopo che il 2° salvatore ha toccato il bordo della vasca, il 3° nuota per 50 m a stile libero con la cintura di salvataggio. Il 4° salvatore indossa le pinne e aspetta in acqua, con una mano a bordo vasca/sul blocco di partenza, finché il 3° tocca il bordo della vasca. Dopo di che prende in consegna la cintura di salvataggio e la mette sopra una spalla. Il 3° salvatore assume il ruolo dell'infortunato e, entro lo spazio di 5 m, afferra con entrambe le mani il salvagente, mantenendo questa posizione. Il 4° salvatore trascina l'infortunato con la cintura di salvataggio per 50 m fino all'arrivo.

L'infortunato può collaborare muovendo le gambe. In fase di cambio e di virata può darsi uno slancio sulla parete della vasca. I salvatori devono garantire un contatto costante con la cintura di salvataggio.

La corda tra la cintura e il salvagente deve essere mantenuta in acqua dietro ciascun salvatore, accorciata o completamente allungata. In fase di virata/tocco del bordo vasca con cintura di salvataggio e infortunato, è sufficiente che a toccare il bordo vasca sia il salvatore.

# I vostri nuotatori di salvataggio



## 6.3.2 Punti di penalità

- |  |           |
|--|-----------|
| • Falsa partenza del primo nuotatore                             | 50 punti  |
| • Cintura non posizionata sopra una spalla alla partenza         | 50 punti  |
| • Partenza anticipata del concorrente successivo                 | 100 punti |
| • Mancato tocco del bordo vasca in fase di virata (3° nuotatore) | 100 punti |
| • Consegnare la cintura prima di toccare il bordo                | 100 punti |
| • L'infortunato non tiene il salvagente secondo le regole        | 200 punti |
| • La corda della cintura viene accorciata durante il trascinarsi | 200 punti |
| • Abbandono della corsia prima del fischio conclusivo            | 200 punti |

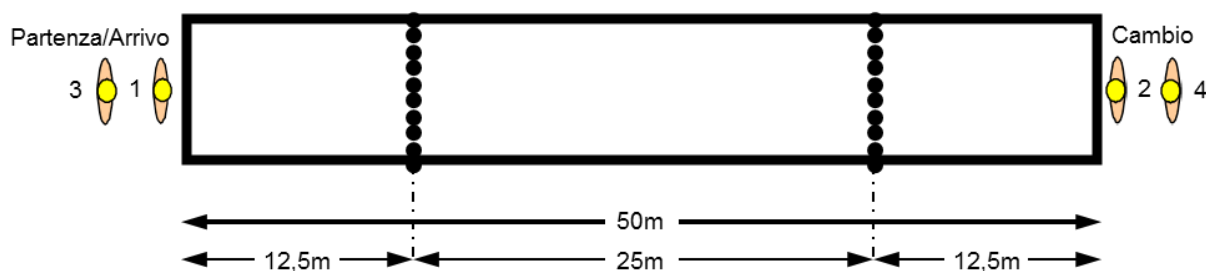
## 6.3.3 Squalifica

- Un nuotatore (tranne il 3° quale infortunato) nuota per un percorso maggiore rispetto a uno dei quattro tratti
- L'infortunato perde il contatto con il salvagente dopo la linea dei 5 m
- L'infortunato collabora muovendo le braccia
- Il nuotatore avanza tenendosi sui separatori di corsia.
- Motivi ai sensi del punto 4.4.

## 6.4 Nuoto a ostacoli (4 x 50 m)

### 6.4.1 Svolgimento

Dopo il segnale di partenza, uno dopo l'altro i salvatori percorrono la distanza a stile libero e, immergendosi, superano gli ostacoli passandoci sotto. Ogni salvatore, dopo la sua partenza, deve riemergere almeno una volta prima e dopo ogni ostacolo. Se un salvatore salta un ostacolo, ma torna indietro nuotando e si immerge superandolo, può terminare la gara senza incorrere in penalità.



Gli ostacoli distano 12,5 m dalle pareti frontali della vasca. La distanza tra i due ostacoli è di 25 m.



## I vostri nuotatori di salvataggio

### 6.4.2 Punti di penalità

- Falsa partenza del primo nuotatore 50 punti
- Partenza anticipata del concorrente successivo 100 punti
- Mancata riemersione prima e dopo gli ostacoli 100 punti
- Abbandono della corsia prima del fischio conclusivo 200 punti

### 6.4.3 Squalifica

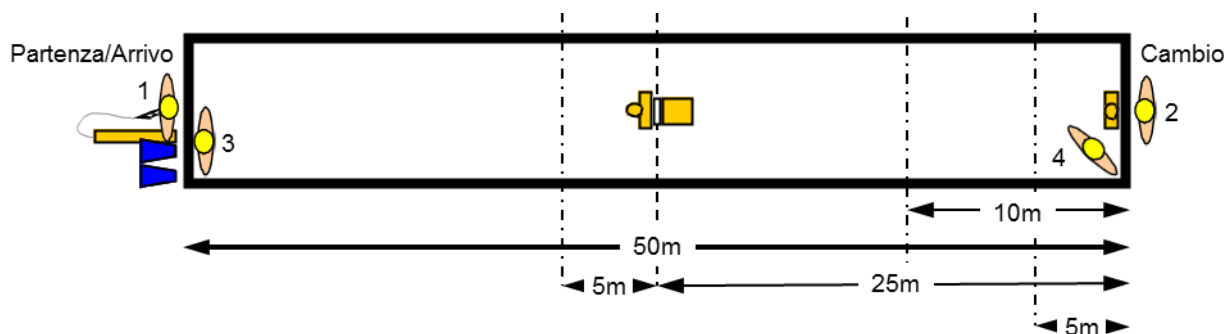
- Un nuotatore percorre più di un tratto del percorso.
- Un ostacolo viene saltato (senza tornare indietro e immergersi per superarlo)
- Il nuotatore avanza tenendosi sui separatori di corsia.
- Motivi ai sensi del punto 4.4.

## 6.5 Staffetta di salvataggio (4 x 50 m)

### 6.5.1 Informazioni preliminari

Sulla corsia da 50 m si trova un manichino pieno d'acqua in posizione supina con la testa nella direzione di nuoto. Il centro del cerchio bianco del manichino si trova sulla linea dei 25 m.

Un secondo manichino viene anche riempito d'acqua fino a quando il bordo superiore del cerchio bianco si trova al livello dell'acqua e posizionato nel lato del cambio.



### 6.5.2 Svolgimento

- Salvatore 1: 50 m stile libero
- Salvatore 2: 25 m stile libero, immersione e recupero del manichino, quindi trasporto del manichino per 25 m
- Salvatore 3: indossa pinne e cintura di salvataggio e nuota per 50 m
- Salvatore 4: ripresa della cintura di salvataggio che viene legata al manichino e trasporto del manichino per 50 m con pinne e cintura

Prima della partenza il terzo salvatore prepara pinne e cintura di salvataggio davanti al suo blocco di partenza.

Dopo il segnale di partenza, il 1° salvatore percorre 50 m a stile libero. Il 2° salvatore nuota 25 m a stile libero, recupera il manichino e riemerge con esso entro i 5 m della zona di recupero (fa stato la testa del manichino). Infine, trasporta il manichino fino al bordo della vasca secondo il punto 6.1 Criteri per il trascinamento del manichino.

Il 3° nuotatore aspetta in acqua, si tiene con una mano al bordo della piscina/al blocco di partenza. Dopo che il 2° salvatore ha toccato il bordo della vasca, prende in acqua il suo materiale, indossa le pinne e posiziona la cintura sopra una spalla. In seguito nuota 50 m a stile libero con pinne e



## I vostri nuotatori di salvataggio

cintura. La corda tra la cintura e il salvagente deve essere mantenuta in acqua dietro al salvatore, accorciata o completamente allungata.

Il 4° nuotatore indossa le pinne e aspetta in acqua. Si tiene con una mano al bordo della piscina/al blocco di partenza, mentre con l'altra tiene il manichino in posizione verticale con il viso verso la parete della vasca.

Dopo che il 3° salvatore ha toccato il bordo della vasca, il 4° prende la cintura, la indossa sopra una spalla, posiziona il salvagente della cintura sotto entrambi i monconi del manichino e aggancia la cintura entro i 5 m della zona di recupero (fa stato la testa del manichino). Infine trasporta il manichino con la cintura fino al traguardo. La corda della cintura deve essere completamente allungata al più tardi quando la testa del manichino raggiunge la linea dei 10 m.

Durante tutto il percorso il manichino deve essere trasportato in modo tale che la sua bocca o il suo naso si trovino sopra la superficie dell'acqua. Lo scivolamento della cintura da un moncone del braccio non verrà sanzionato con penalità.

Dopo la gara la squadra riporta il materiale nella sua posizione iniziale.

### 6.5.3 Punti di penalità

- |   |           |
|---|-----------|
| • Falsa partenza del primo nuotatore  | 50 punti  |
| • Partenza anticipata al momento dei cambi  | 100 punti |
| • Il concorrente si fa sfuggire il manichino mentre lo trascina                             | 100 punti |
| • Corda e/o pinne toccate subito prima del cambio   | 200 punti |
| • Il salvatore non posiziona il salvagente sul manichino entro i 5 m della zona di recupero | 200 punti |
| • La corda della cintura viene accorciata   | 200 punti |
| • Abbandono della corsia prima del fischio conclusivo                                       | 200 punti |

### 6.5.4 Squalifica

- Un nuotatore percorre più di un tratto dei quattro percorsi
- Il manichino perde il contatto con il salvagente dopo la linea dei 5 m
- Motivi ai sensi del punto 4.4.

### 6.5.5 Nota categoria Giovani

- Invece di un manichino, un anello da sub (5 kg) è posto sul fondo della piscina sul 25m.
- Il 2° nuotatore completa 25m stile libero raccoglie l'anello subacqueo e lo porta sulla superficie dell'acqua. Una volta che l'anello per l'immersione si rompe attraverso la superficie dell'acqua, può essere lasciato cadere. Il nuotatore termina la sua corsa con 25m stile libero.
- Il 3° nuotatore ha già attirato pinne e cintura di salvataggio prima del distacco.

## 6.6 Staffetta con pinne (4 x 50 m)

### 6.6.1 Svolgimento

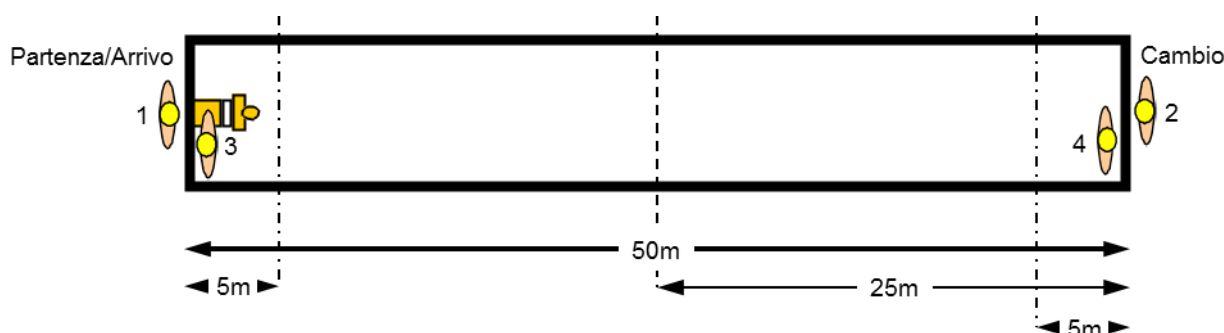
- |                |   |
|----------------|---|
| • Salvatore 1: | 50 m nuoto con pinne  |
| • Salvatore 2: | 25 m immersione con pinne, 25 m nuoto con pinne, recupero manichino |
| • Salvatore 3: | 50 m trascinamento di un manichino                                  |
| • Salvatore 4: | 50 m trascinamento di un manichino con pinne                        |

Dopo il segnale di partenza, il 1° salvatore percorre 50 m a stile libero con le pinne. Il 2° salvatore si immerge per almeno 25 m con le pinne, percorre la distanza restante a stile libero e riporta in superficie il manichino, che giace sulla schiena sul fondo della piscina (con i piedi rivolti verso la



## I vostri nuotatori di salvataggio

parete di testa della vasca). La testa del manichino deve fuoriuscire in superficie prima del 2° salvatore. Il 3° salvatore aspetta in acqua, tenendosi al bordo della piscina o al blocco di partenza almeno con una mano. Quindi afferra il manichino con la mano libera, dopo che la testa dello stesso è fuoriuscita dall'acqua. Solo dopo questo contatto può lasciare l'altra mano dal bordo piscina e trascinare il manichino per 50 m. Il 4° nuotatore, con le pinne, aspetta in acqua, con almeno una mano a bordo piscina o al blocco di partenza. Dopo il tocco del bordo della vasca, può afferrare il manichino e percorrere l'ultimo tratto del percorso insieme ad esso. Il nuotatore 3 e 4 trascinano il manichino secondo il punto 6.1 Criteri per il trascinamento del manichino.



### 6.6.2 Cambio

All'interno della zona di cambio (5 m; fa stato la testa del manichino) i criteri per il trascinamento di un manichino non sono validi (vedi punto 6.1 Criteri per il trascinamento del manichino). Il nuotatore 2 può aiutare il nuotatore 3 al momento del cambio, così come il nuotatore 3 può aiutare il nuotatore 4 a condizione che la testa del manichino non abbia superato la linea dei 5 m. Dopo il cambio il manichino va tenuto nella posizione corretta a partire al più tardi dalla linea dei 5 m e fino al tocco del bordo della vasca.

### 6.6.3 Punti di penalità

- |  |           |
|--|-----------|
| • Falsa partenza del primo nuotatore   | 50 punti  |
| • Partenza anticipata del concorrente successivo                                     | 100 punti |
| • Riemersione del 2° nuotatore prima che la testa del manichino fuoriesca dall'acqua | 100 punti |
| • Perdita di contatto con il manichino   | 200 punti |
| • Trasporto non corretto del manichino fuori dalla zona di cambio                    | 200 punti |
| • Abbandono della corsia prima del fischio conclusivo                                | 200 punti |



# I vostri nuotatori di salvataggio

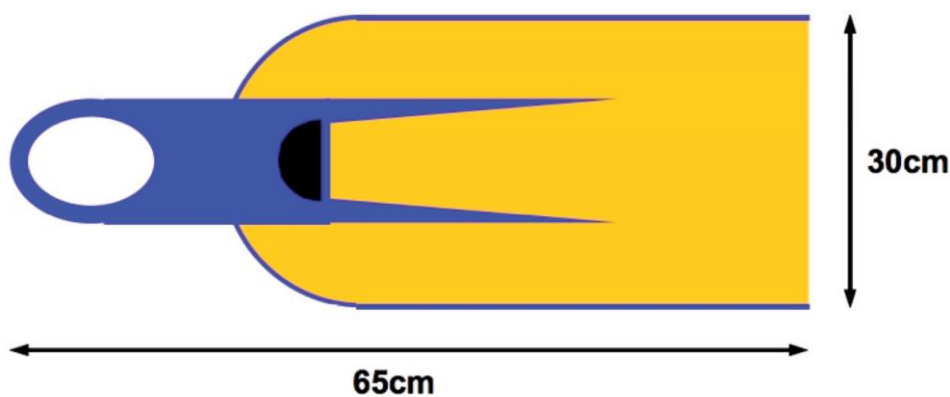
## 7 Descrizione del materiale

### 7.1 Materiale personale

#### 7.1.1 Pinne

Le pinne non devono superare le seguenti dimensioni.

- Lunghezza: 65 cm, incluso alloggiamento per il piede e cinghiolo (vedere illustrazione)
- Larghezza: 30 cm (misurata sulla parte più larga della pala)
- Le pinne in fibra di vetro possono essere utilizzate solo da atleti che abbiano almeno 14 anni.



### 7.2 Materiale da gara SSS

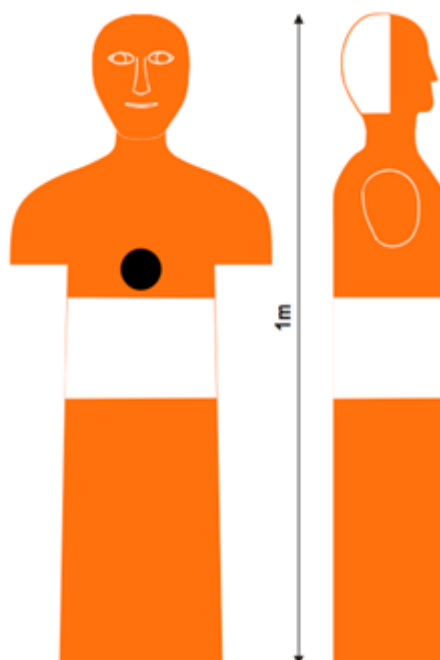
Tutto il materiale indicato al punto 7.2 viene messo a disposizione per la gara dalla SSS.



# I vostri nuotatori di salvataggio

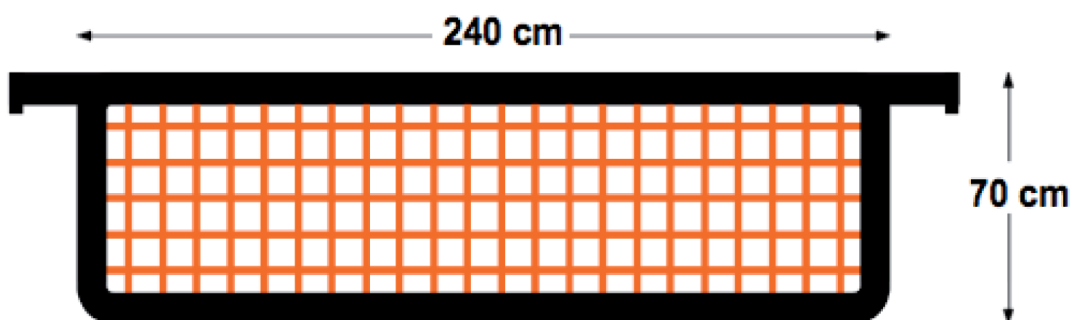
## 7.2.1 Manichino

Manichino di salvataggio internazionale ufficiale ILS.



## 7.2.2 Ostacolo

Gli ostacoli sono larghi ca. 2,40 m e si immergono per ca. 70 cm.



## 7.2.3 Corda di salvataggio

- Corda di salvataggio DN 10 mm, galleggiante, su mulinello (min. 55 m)
- Cintura sistema SSS



# I vostri nuotatori di salvataggio

## 7.2.4 Cintura di salvataggio

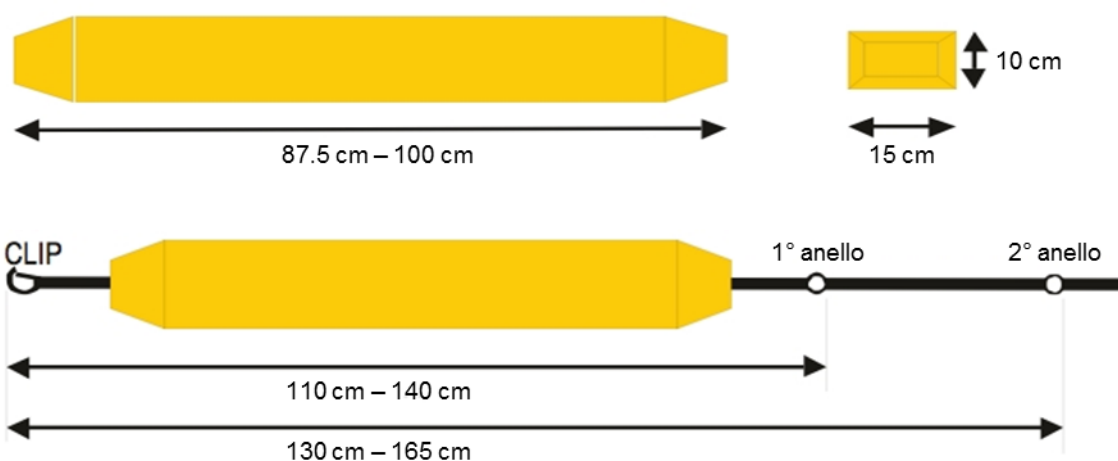
Cintura di salvataggio ufficiale della SSS

Lunghezza del salvagente: 87.5 cm – 100 cm

Larghezza del salvagente: 15 cm

Altezza del salvagente: 10 cm

Cintura: in nylon, lunga tra 130 cm e 160 cm, larga 5 cm.



Lunghezza: Clip >>> 1° anello: 110 cm – 140 cm

Lunghezza: Clip >>> 2° anello: 130 cm – 165 cm

Lunghezza: 1° cerchio >>> cintura: 190 cm – 210 cm, compreso almeno i due anelli.

## 7.2.5 Palla di salvataggio

Cubo / galleggianti in resina espansa con rete di nylon.

## 7.2.6 Podio per il lancio delle palle

Ca. 100 x 80 x 50 cm (lunghezza x larghezza x altezza)

## 7.2.7 Diametri bersaglio

- Cerchio interno 2 m
- Cerchio centrale 4 m
- Cerchio esterno 6 m



# I vostri nuotatori di salvataggio

## 8 Modifiche del regolamento

### 8.1 Gruppo di lavoro Regolamento

Il gruppo di lavoro riceve le richieste di modifica per il presente regolamento, le discute e/o presenta le proprie proposte. Le proposte elaborate dal gruppo di lavoro vengono preparate dalla direzione e necessitano di un'approvazione del Comitato centrale.

Il gruppo di lavoro è composto da

- il responsabile gare SSS (responsabile del gruppo di lavoro)
- almeno 2, al massimo 4 rappresentanti di sezioni diverse.

I rappresentanti delle sezioni vengono selezionati dalla direzione. Il loro mandato dura due anni e possono essere rieletti al massimo due volte.

### 8.2 Richieste di modifica

Le sezioni e le regioni possono inoltrare le loro richieste di modifica per questo regolamento in forma scritta entro il 30 settembre alla Sede amministrativa. Verranno prese in considerazione solo le richieste firmate da una persona con diritto di firma della sezione o regione in questione.

### 8.3 Date e termini

- Fino al 30 settembre Raccolta delle richieste di modifica da parte delle sezioni/regioni
- Dicembre Approvazione delle modifiche del regolamento nel CC
- Gennaio Pubblicazione del regolamento

### 8.4 Controlli delle versioni

Versione	Data	Autore	Osservazione (ad es. bozza, modificata, esaminata, approvata)
V1_2022	19.05.2022	N.Schou	Adeguamento dei gruppi di anni a SM 2022 / Adeguamento 6.1 a ILS
V1_2019	21.12.2018	Gruppo di lavoro Regolamento, R. Abächerli	Aggiustamenti CS 2019
V1_2017	27.02.2017	Gruppo di lavoro Regolamento	Precisazione e complemento pt. 4.5 / 5.4 / 6.2.2 / 6.6.2 / 6.8.2 / 6.8.3
V1_2016	05.12.2015	R. Abächerli	Discussione e approvazione nel Comitato centrale
V0_2016	01.11.2015	N. Schou	Bozza - Autorizzata per la discussione dalla direzione e approvata nel Comitato centrale
01.02	26.03.2014	N. Schou	07.04.2014 Approvazione da parte della direzione
01.01	14.06.2014	R. Abächerli	14.06.2014 Approvazione da parte del Comitato centrale
01	30.10.2010	P. Reichmuth	30.10.2010 Approvazione da parte della Commissione per la formazione