



# 2° ERGATHLON ITA NATIONAL CHAMPIONSHIP INDIVIDUALE e TEAMx3 RELAY

## REGOLAMENTO

1. **EVENTO** - La competizione rappresenta la seconda edizione del Campionato Nazionale di Ergathlon Concept2 (SkiERG m.500 BikeERG m.1000 RowERG m.500) **Individuale** e in **Teamx3 Relay**. L'evento è OPEN aperto a tutti i partecipanti aventi maggiore età. L'organizzazione si riserva di accettare l'iscrizione fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti.
2. **DATA** - domenica 24 novembre 2024 con inizio ad ore 9.30.
3. **SEDE** - Trento - Palestra Centro Sportivo Arcivescovile (ingresso via Giusti n. 15).
4. **INDIVIDUALE** - Categorie **MASCHILE** e **FEMMINILE** con premiazioni per i primi tre della classifica generale e per le categorie 40/49 - 50/59 e Over60. Fa fede l'età il giorno della gara. Le competizioni si svolgono sulla distanza *Ergathlon Super Sprint C2* con la sequenza **SkiERG m.500 - BikeERG m. 1000 - RowERG m. 500**. La formula della competizione prevede 3 turni in cui tutti i partecipanti saranno impegnati:

**1° Turno** Qualifiche - **2° Turno** Semifinali - **3° Turno** Finali.

Al termine dei tre turni viene stilata la classifica finale.

5. **TEAM** - Il **Teamx3 Relay** è composto da tre elementi (due maschi ed una femmina). Ogni frazione dell'*Ergathlon* deve essere affrontata da un componente diverso del Team che dovrà attendere il "tocco sulla spalla" del compagno/a per poter iniziare la propria frazione su ERG. La sequenza prevede **m. 500** su **SkiERG** - **m. 1000** su **BikeERG** - **m. 500** su **RowERG**. La formula della competizione prevede 3 turni in cui tutti i partecipanti saranno impegnati. Ad ogni turno a seconda della posizione ottenuta in classifica verranno assegnati dei punteggi. La somma dei punteggi darà la classifica finale. Premiati i primi 3 TEAM della classifica generale e i primi 3 TEAM **Over50**. (fa fede l'età del più giovane componente il Team il giorno della gara) .

<b>Posizione</b>	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	dal 10°
<b>Punti</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>

Formazioni nelle fasi della competizione - Il Teamx3 Relay è composto da **tre** elementi, due maschi (**M1** e **M2**) ed una femmina (**F**). Ogni fase prevede una diversa formazione **LIMITED** per affrontare la prova.

In sintesi:

**1° Turno** M1/M2/F    **2° Turno** M2/F/M1    **3° Turno** F/M1/M2

**N.B.** Nella pagina seguente viene riportata in maniera schematica la sequenza prevista nelle varie fasi della competizione con i relativi attrezzi in uso.

6. **GIORNATA DI GARA** - Gli orari previsti per le gare, fatto salvo modifiche che verranno eventualmente comunicate dall'organizzazione, sono:

ore 9.30 - Briefing & Warm up  
ore 9.45 - 1° turno Team Relay  
ore 10.30 - Qualifiche Individuale M/F  
ore 11.30 - 2° turno Team Relay  
ore 12.15 - Semifinali Individuale M/F  
ore 13.15 - 3° turno Team Relay  
ore 13.45 - Finali individuale M/F  
ore 14.30 - Premiazioni

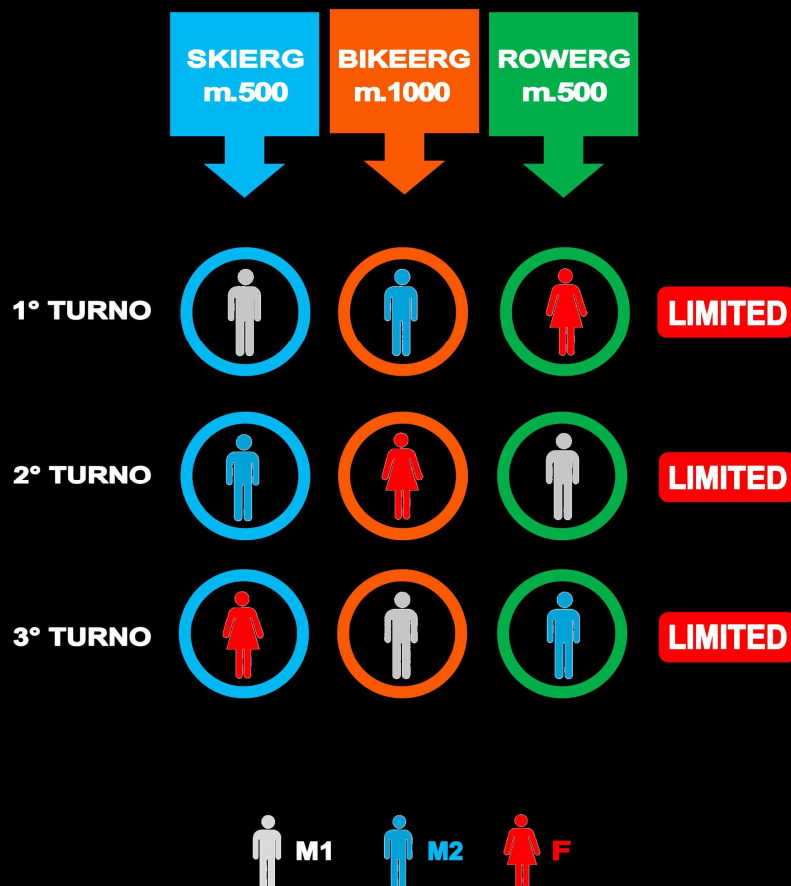
7. **CLASSIFICA e PREMI** - Al termine dell'ultimo turno viene stilata la classifica finale.

**INDIVIDUALI M e F:** vengono premiati i primi 3 della classifica generale e il 1° classificato/a delle categorie 40/49 - 50/59 e Over60.

**TEAM:** vengono premiati i primi 3 **TEAM** della classifica generale e i primi 3 **TEAM Over50**. (fa fede l'età del più giovane componente il Team il giorno della gara) .

## ERGATHLON SPRINT SHOW'24

FORMAZIONI NEI TRE TURNI DELLA GARA TEAMx3 RELAY



8. **ISCRIZIONI e RITIRI** - Iscrizioni da inviare via e-mail a:

[prosport.tn@gmail.com](mailto:prosport.tn@gmail.com) **entro venerdì 15 novembre 2024.**

All'atto dell'iscrizione dovranno essere allegati alla e-mail:

- a.** l'apposito modulo debitamente compilato scaricabile dal sito: [www.ergevents.it](http://www.ergevents.it) . Il modulo dovrà contenere i dati anagrafici e data di nascita del partecipante, l'eventuale nominativo del Club di appartenenza con la località, il contatto telefonico e la e-mail.
- b.** la copia dell'avvenuto bonifico come sottoindicato.

Eventuali ritiri non sono rimborsabili.

9. **QUOTA DI PARTECIPAZIONE:** Individuale € 25,00 Team € 75,00  
Da versare a mezzo bonifico bancario:  
IBAN IT97M0830401807000007771228 intestato: "a.s.d. Prosport".  
Causale: **Iscrizione ERGATHLON SPRINT SHOW 2024.**
10. **DOCUMENTI** - I partecipanti devono essere in possesso di documento di identità e certificato medico sportivo agonistico, entrambi in corso di validità.
11. **ACCREDITAMENTO** - L'accreditamento è previsto dalle ore 8.30 alle ore 9.00 di domenica 24 novembre 2024 presso la sede della competizione Palestra Arcivescovile - ingresso via Giusti n. 15 - Trento (con parcheggio).  
Per i Team l'accreditamento potrà essere effettuato da un solo elemento in rappresentanza del Team stesso.  
**N.B.** Nel corso della competizione i componenti dello stesso Team dovranno essere riconoscibili ed accomunati dalla stessa divisa di gara.
12. **RISULTATI e CLASSIFICHE** - Risultati finali e classifiche saranno pubblicati su [www.ergevents.it](http://www.ergevents.it) e sui social dedicati a **ERGATHLON SPRINT SHOW**.
13. **CONSENSO e PRIVACY** - Con l'iscrizione all'evento il partecipante dà il proprio consenso alla pubblicazione e/o diffusione in qualsiasi forma delle proprie immagini su carta stampata e/o su qualsiasi altro mezzo di diffusione, nonché autorizza la conservazione delle foto e dei video stessi negli archivi della Società/Ente che gestisce ed organizza l'evento e prende atto che la finalità di tali pubblicazioni sono meramente di carattere informativo ed eventualmente promozionale.

Il trattamento dei dati personali avverrà mediante strumenti manuali, informatici e telematici, con logiche strettamente correlate alla finalità sopra evidenziate e, comunque, da soggetti autorizzati all'assolvimento di tali compiti, opportunamente edotti dei vincoli imposti dal D.Lgs. 196/2003, dotati di misure di sicurezza atte a garantire la riservatezza dei dati personali e ad evitare l'indebito accesso a soggetti terzi o a personale non autorizzato.

*Safeguarding:* <https://prosportrento.it/safeguarding/>

14. **INFORMAZIONI** - Ulteriori informazioni sull'evento:

a.s.d. Prosport - tel. 0461.985399 e-mail: [prosport.tn@gmail.com](mailto:prosport.tn@gmail.com)  
cell. 338.3335604 e 338.8504560

Seguici su  [ERGATHLON\\_SPRINT\\_SHOW](#)

