

Roma, 10.10.2022

CORSO “ISTRUTTORE” 2022/2023
ROMA - FORO ITALICO

PROVE DI NUOTO E MODALITA' DI ISCRIZIONE

Il giorno: **26 ottobre 2022 – ore 09,00**, sono previste le Prove di Nuoto per il Corso “Istruttore” in oggetto.

L'appuntamento è alle ore 09,00 presso l'impianto del Foro Italico.

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Per partecipare alla prova è necessario entrare nel Portale Federale (<http://portale.federnuoto.it>) ed effettuare l'iscrizione ed il pagamento on-line della relativa quota di €. 50,00 ove previsto (vedere tabella sottoriportata).

<i>Costi</i>	Standard	Assistenti Bagnanti FIN (con tessera in corso di validità)	Tesserati Agonisti per almeno 4 anni consecutivi negli ultimi 10
Prova pratica	€. 50,00	€. 0,00	esonerati
Corso	€. 580,00 (*)	€. 518,00 (*)	€. 580,00 (*)
<i>Totale</i>	<i>€. 630,00</i>	<i>€. 518,00</i>	<i>€. 580,00</i>

(*) = Le Quote di partecipazione al Corso in oggetto sono comprensive della quota della Tessera FIN-SIT per l'anno 2022-23.

La quota richiesta dovrà essere saldata entro il giorno 24.10.2022.

Tutti coloro che non hanno ancora le credenziali sono invitati a richiederle via e-mail all'indirizzo: sit.crlazio@federnuoto.it specificando “Prove di Nuoto Foro Italico”.

Il giorno della Prova di Nuoto è “obbligatorio” munirsi di Certificato Medico (Buona salute) e di un documento di riconoscimento, più l'occorrente per la prova in acqua.

- Gli Assistenti Bagnanti FIN con tessera in corso di validità devono sostenere la prova pratica attitudinale senza versare la relativa quota;
- Gli atleti tesserati agonisti o ex atleti con almeno quattro anni di tesseramento consecutivo nel decennio antecedente la prova pratica, sono esentati dalla prova stessa e dal versamento della relativa quota.

Segue

**Le iscrizioni verranno chiuse al raggiungimento del numero di 50 (cinquanta) iscritti.
Gli eventuali esclusi potranno iscriversi al corso successivo.**

Prova pratica attitudinale

Nel corso della prova pratica attitudinale il candidato deve dimostrare di possedere le seguenti abilità motorie acquatiche:

- tuffo di testa correttamente eseguito con tecnica adeguata, tale cioè da non comportare squalifica se eseguito in un contesto agonistico;
- recupero di oggetto posto a un minimo di 2 metri di profondità;
- percorrenza di 12 metri in subacquea;
- stazionamento verticale con gambe a bicicletta per almeno 20 secondi;
- nuotare 25 metri per ciascuno degli stili regolamentari (farfalla – dorso – rana – stile libero) con tecnica adeguata, tale cioè da non comportare squalifica se eseguita in un contesto agonistico.

Verranno assegnati:

- 1 punto per ciascuna delle prove di cui ai precedenti punti a) - b) - c) -d);
- 3 punti per ogni nuotata eseguita con stile evoluto, paragonabile a quello di un agonista;
- 2 punti per ogni nuotata eseguita con stile ordinario, caratterizzata da ampiezza continuità ed efficacia del movimento;
- 1 punto per ogni nuotata eseguita con stile basilare, appena sufficiente per evitare la squalifica;
- 0 punti per ogni nuotata eseguita con stile inadeguato e non rispondente al dettato del Regolamento Tecnico del Nuoto.

Per l'ammissione al corso il candidato deve ottenere un minimo di 12 punti, di cui almeno 8 nelle prove relative ai 4 stili.

Modalità svolgimento corso

Per motivi logistici e organizzativi il corso non potrà svolgersi solo nei weekend, ma nelle giornate di mercoledì e sabato (dalle 9,00 alle 13,00 o alle 14,00)

**Il Corso inizierà sabato 5 novembre
e terminerà mercoledì 7 dicembre.**

Per ulteriori informazioni e regolamenti del Corso Istruttore fare riferimento al precedente comunicato di apertura preiscrizioni e al regolamento SIT.

Allegato n° 1 – foglio di “Tirocinio”

IL COORDINATORE REGIONALE FIN-SIT.
Prof. Carlo CUCCIOLETTA