

**COMPETIZIONI  
SVIZZERE DI NUOTO  
GIOVANILI**

**KIDS LEGA**

**REGOLAMENTO 3.4.1**

EDIZIONE 2019  
VALIDO DAL 1 SETTEMBRE 2019

## MODIFICHE

31 luglio 2019	La presente edizione contiene tutte le modifiche adottate fino al 31 luglio 2019.
31 gennaio 2022	Modifiche redazionali

### FEDERAZIONE SVIZZERA DI NUOTO

Direttore sportivo del nuoto:  
Philippe Walter

Capo «Arbitri»:  
Andreas Tschanz

Capo «Competizioni»:  
Rolf Ingold

## TERMINOLOGIA

I termini "nuotatore", "arbitro", ecc. usati in questi regolamenti NSF includono persone di entrambi i sessi.  
In caso di discrepanze tra la versione tedesca e quella francese, fa fede la versione tedesca.

SPONSORS



PARTNERS



NATIONAL PARTNERS



## INDICE

<b>1.</b>	<b>DEFINIZIONI E OBIETTIVI</b> .....	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>PRINCIPI DI BASE</b> .....	<b>3</b>
<b>3.</b>	<b>ELABORAZIONE DEI DATI</b> .....	<b>3</b>
<b>4.</b>	<b>COMPETIZIONI DELLA KIDS LEGA</b> .....	<b>4</b>
4.1.	MODO DI ORGANIZZAZIONE .....	4
4.2.	ORGANIZZAZIONE.....	4
4.2.1.	L'ORGANIZZATORE.....	4
4.2.2.	CRONOETRAGGIO E GIURIA .....	4
4.2.3.	INSCRIZIONI.....	4
4.2.4.	TASSE D'INSCRIZIONE .....	4
4.3.	CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE .....	5
4.4.	CATEGORIE .....	5
4.5.	VALUTAZIONE .....	5
4.6.	RICONOSCIEMENTI .....	5
4.7.	PROGRAMMA DELLA GARA.....	6
4.7.1.	PROGRAMMA FACOLTATIVO .....	6
4.7.2.	PROGRAMMA OBBLIGATORIO .....	6
4.8.	PRECISAZIONI DELLE ESIGENZE (ECCEZIONI AL REGOLAMENTO 7.3.1) .....	7

## 1. DEFINIZIONI E OBIETTIVI

Gli obiettivi della Kids Lega (KL) sono i seguenti:

- a. Avere una competizione semplice
- b. Avere una competizione ludica che favorisca lo spirito di squadra
- c. Creare un'esperienza positiva per i giovani nuotatori
- d. Essere formativa per i giovani nuotatori
- e. Essere formativa per i futuri giudici
- f. Essere una competizione di reclutamento dei nuotatori per tutti i club
- g. Favorire il lavoro di streamline
- h. Sviluppare la voglia di competizione

Questo documento si basa sul «Regolamento di competizione del nuoto» 3.1 e sulle «Regole World Aquatics per le competizioni di nuoto» 7.3.1, le eccezioni sono definite nel presente documento.

## 2. PRINCIPI DI BASE

Nell'organizzazione della KL di Swiss Aquatics si deve tenere in considerazione che:

- a. la manifestazione duri al massimo una mezza giornata.
- b. non ci siano lunghe pause tra le singole gare. I bambini in questa fascia d'età necessitano di fasi di recupero brevi. È necessario inoltre che i bambini siano costantemente pronti in modo di accorciare la permanenza in piscina.
- c. I partecipanti non sono obbligati a fare tutte le gare, non saranno però classificati nella classifica finale.
- d. Alle gare KL non sono permessi i cosiddetti Race Suits.

## 3. ELABORAZIONE DEI DATI

L'iscrizione, l'elaborazione dei dati e la valutazione dei risultati sono effettuate con il programma "Meet Manager".

Swiss Aquatics mette a disposizione per ogni parte della gara un modello configurato in "Meet Manager", nel quale devono essere inseriti soltanto la data e le informazioni riguardanti l'organizzazione.

## 4. COMPETIZIONI DELLA KIDS LEGA

### 4.1. MODO DI ORGANIZZAZIONE

Durante le competizioni ogni bambino nuota individualmente per poter documentare il suo progresso valutandolo periodicamente.

Le tre competizioni hanno luogo come segue:

Competizione 1: novembre a dicembre

Competizione 2: febbraio a marzo

Competizione 3: metà maggio- metà giugno

### 4.2. ORGANIZZAZIONE

Ogni club di Swiss Aquatics può organizzare una competizione della KL.

Alla competizione devono partecipare almeno due club. La competizione si può svolgere anche durante una sessione di allenamento. È anche possibile integrare queste competizioni in altre manifestazioni natatorie (ad es. nella pausa del mezzogiorno di un'altra manifestazione).

#### 4.2.1. L'ORGANIZZATORE

- a. Definisce la data e il luogo della manifestazione e pubblica le date nel calendario di Swiss Aquatics (via "Meet Manager").
- b. organizza le medaglie della Swiss Aquatics Kids Lega e se necessario altri premi e gadget. (ad es. premi in natura o lo Sport Pass di Swiss Aquatics).
- c. carica i risultati sul calendario delle competizioni di Swiss Aquatics alla fine della gara.
- d. invia i risultati in PDF insieme al rapporto del giudice arbitro direttamente a Swiss Aquatics.

#### 4.2.2. CRONOETRAGGIO E GIURIA

La gara può essere svolta con cronometraggio manuale. Modelli di schede per segnare i tempi possono essere scaricati dal sito di Swiss Aquatics. Il cronometraggio automatico non è necessario a livello KL. La competizione può aver luogo anche in una piscina non omologata.

La KL non ha bisogno di una grande giuria; occorrono da 14 a 18 persone affinché la competizione si svolga in buone condizioni (vedi allegato come esempio).

#### 4.2.3. INSCRIZIONI

I bambini devono essere iscritti da una società membro di Swiss Aquatics, non devono però per forza allenarsi in una società.

#### 4.2.4. TASSE D'INSCRIZIONE

Per la partecipazione alle gare KL l'organizzatore può pretendere una tassa d'iscrizione per ogni bambino. Swiss Aquatics consiglia una tassa non superiore ai 20. – CHF.

#### 4.3. CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Per poter partecipare alle competizioni della KL bisogna essere in possesso di un «diritto di partenza per la Kids Lega» (o di una licenza annuale valida Swiss Aquatics, per i nuotatori svizzeri). Questa deve essere richiesta prima a Swiss Aquatics da un club membro.

Bisogna avere 10 anni o meno. Per l'appartenenza alla categoria si tiene conto della età alla fine della stagione. Esempio per la stagione 2019/2020: tutti i bambini nati nel 2010 nuotano nella categoria dei 10 anni. I bambini nuotano così le tre competizioni nella stessa categoria.

#### 4.4. CATEGORIE

Le gare individuali della KL si svolgono in tre categorie. Femmine e maschi sono classificati separatamente:

- 8 anni e più giovani
- 9 anni
- 10 anni

Le gare di staffetta sono libere (età e sesso) e possono essere definite dall'organizzatore. La composizione delle staffette tra più club dovrebbe essere possibile per permettere ai bambini di piccoli club di partecipare ad una staffetta.

#### 4.5. VALUTAZIONE

La competizione LK è una gara multidisciplinare e viene conclusa con l'annuncio della classifica – c'è un vincitore assoluto per categoria e sesso. Il risultato si compone della somma delle tre gare fatte (es. 25m di corsa della gamba posteriore, 25m indietro e 25m di nuoto libero).

I bambini che fanno un errore per quanto riguarda il regolamento 7.3.1 ricevono una penalizzazione di tempo di 10% sul tempo della gara rispettiva e saranno quindi in grado di rimanere nella classifica totale.

#### 4.6. RICONOSCIEMENTI

Tutti i partecipanti delle gare KL ricevono una medaglia ricordo da parte di Swiss Aquatics. L'organizzatore è responsabile delle medaglie commemorative. Spetta all'organizzatore se vuole dare ulteriori premi. Questo potrebbe essere, ad esempio:

- Medaglie o premi per i 3 migliori di ogni categoria (per l'all-around)
- Medaglie o premi per "Staffette"
- un premio per tutte le prove eseguite correttamente (fase subacquea, turno, immersione) (ad esempio una colla per il pass sportivo).

#### 4.7. PROGRAMMA DELLA GARA

##### 4.7.1. PROGRAMMA FACOLTATIVO

Competizione di staffetta (apertura della stagione)

8 anni e più giovani	9 anni e più giovani	10 anni e più giovani
4x25m gambe crawl con tavoletta	4x25m gambe crawl con tavoletta	4x25m gambe crawl con tavoletta
4x25 stile libero	4x25 stile libero	4x25 stile libero
		4x25 misti

Finale possibile alla fine della 3a competizione.

##### 4.7.2. PROGRAMMA OBBLIGATORIO

###### 8 anni e più giovani

Gare individuali

Competizione 1	Competizione 2	Competizione 3
25m gambe in posizione dorsale senza tavoletta	25m gambe in posizione ventrale con la tavoletta	25m gambe in posizione dorsale senza tavoletta
25m dorso	50m dorso	25m rana
25m crawl	25m crawl con 5 metri sott'acqua dopo la partenza	50m crawl con 5 metri sott'acqua dopo la partenza

Staffette

4x25m stile libero	4x25m stile libero	4x50m stile libero
--------------------	--------------------	--------------------

###### 9 anni

Gare individuali

Competizione 1	Competizione 2	Competizione 3
25m gambe in posizione dorsale senza tavoletta	25m gambe in posizione ventrale con la tavoletta	25m gambe in posizione dorsale senza tavoletta
50m dorso	25m delfino con 5 metri sott'acqua dopo la partenza	25m rana con bracciata sott'acqua dopo la partenza
50m crawl con 5 metri sott'acqua dopo la partenza	100m dorso	100m crawl 5 metri sott'acqua dopo la partenza

Staffette

4x25m stile libero	4x25m stile libero	4x50m stile libero
--------------------	--------------------	--------------------

10 anni

Gare individuali

Competizione 1	Competizione 2	Competizione 3
25m gambe in posizione dorsale senza tavoletta	25m gambe in posizione ventrale con la tavoletta	25m gambe in posizione dorsale senza tavoletta
50m rana con bracciata sott'acqua dopo la partenza e la virata	50m delfino con 10 metri sott'acqua dopo la partenza	100m misti
100m crawl con 10 metri sott'acqua dopo la partenza. Virate a capriola sulla distanza.	100m dorso con 5 metri sott'acqua dopo la partenza.	200m crawl con 10 metri sott'acqua dopo la partenza. Virate a capriola sulla distanza.

Staffette

4x25m stile libero	4x25m stile libero	4x50m stile libero
--------------------	--------------------	--------------------

#### 4.8. PRECISAZIONI DELLE ESIGENZE (ECCEZIONI AL REGOLAMENTO 7.3.1)

Di principio sono applicate le regole di competizione di Swiss Aquatics per i diversi stili (incl. le partenze e le virate).

##### Fase subacquea

Per le prove che richiedono una subacquea da 5 a 10 m, l'esercizio è riuscito se la testa del nuotatore oltrepassa l'indicazione dei 5m-10m

##### Virata a capriola

L'esercizio è riuscito se il nuotatore esegue la virata a capriola.

##### Subacquea a rana

La subacquea a rana è riuscita se corrisponde alla descrizione del regolamento 7.3.1

##### 25m gambe in posizione dorsale senza tavoletta

La partenza avviene in acqua, una mano deve toccare il blocchetto di partenza risp. il bordo della vasca.

Nuotando le braccia sono allungate all'indietro, le mani si toccano tutto il tempo. All'arrivo si tocca in posizione dorsale. Sono permesse battute di gambe delfino.

##### Gambe in posizione ventrale con la tavoletta

La partenza avviene in acqua, una mano deve toccare il blocchetto di partenza o il bordo della vasca. Durante la gara le mani devono tenere la tavoletta (lato più vicino al nuotatore). All'arrivo si tocca con la tavoletta. Non sono autorizzati movimenti di braccia. L'espiazione avviene nell'acqua.