



# REGOLAMENTO NORDIC WALKING AGONISTICO

*Speedy Race K2*  
*Addendum al regolamento standard*

## Sommario

PREMESSA	3
Sanzioni e penalità	4
Squalifica immediata	4
TRACCIATO DI GARA	5
Allestimento dei tracciati	5
Area di partenza	5
Area di servizio	5
Area di ristoro tecnico	5
Area Paddock	5

## PREMESSA

Il Nordic Walking Agonistico Libertas è la naturale evoluzione tecnica competitiva della disciplina sportiva che abitualmente viene praticata con finalità motorie, salutistiche, ludiche e ricreative.

Riconosciuto in Italia nelle tabelle CONI quale disciplina sportiva appartenente alla Atletica Leggera, l'attività agonistica si propone quale strumento promozionale di diffusione culturale del nordic walking in genere, utilizzando le competizioni quale collettore sportivo, adatto ad ogni età ed abilità, ovvero uno sport per tutti, uno sport di tutti.

Le competizioni di Nordic Walking Agonistico Libertas sono gare dove l'atleta, utilizzando una coppia di bastoncini specifici, impugnandone uno per ogni mano quale strumento attivo durante la fase di spinta e di avanzamento della marcia, può esprimere le proprie competenze tecniche e la velocità di percorrenza di un circuito.

Le competizioni di Nordic Walking Agonistico Libertas sono gare individuali giudicate per la tecnica di esecuzione e sviluppate su percorrenza avente lunghezza totale di 2.000, da percorrere entro il limite massimo di 30 minuti primi con partenza a sparo con cronometro individuale e si disputano su piste di atletica in sintetico, tartan, asfalto specifico o battuto di cemento con brecciolino.

Alle competizioni di Nordic Walking Agonistico Libertas possono partecipare tutti gli atleti, **senza distinzione di genere**, in possesso di **idoneità alla pratica sportiva agonistica obbligatoria** e tesseramento in corso di validità.

Le competizioni di Nordic Walking Agonistico Libertas sono disciplinate da apposita normativa che ne regola il controllo della tecnica di marcia da parte di un apposito collegio giudicante, attrezzature, tracciati e modalità di svolgimento delle gare, cronometraggio, classifiche e punteggi individuali per il singolo atleta e classifiche e punteggi di squadra.

Il presente addendum ed il regolamento completo deve essere messo a disposizione dagli Organizzatori attraverso i più comuni mezzi di comunicazione, sia in fase di iscrizione di partecipazione da parte degli atleti e delle squadre, sia presso la Direzione di Gara durante lo svolgimento delle competizioni per consentire agli atleti ed alle squadre, che ne facessero richiesta, la più rapida consultazione.

## Sanzioni e penalità

La mancata osservanza della corretta tecnica di gara prevede il richiamo verbale e visivo con l'esposizione di un cartellino recante la lettera "R" da parte dei Giudici di Gara per:

<b>RULLATA</b>	<b>INFORCATA</b>	<b>LUCE</b> insufficiente	<b>SPINTA</b> mancante
----------------	------------------	------------------------------	---------------------------

Sono previsti **TRE** richiami con penalità addizionale di 5 secondi ciascuna. **Un ulteriore richiamo oltre il terzo equivarrà alla squalifica immediata del concorrente.**

Per non interrompere il ritmo di gara del concorrente, i richiami verranno esposti dai Giudici/Direttore senza fermare l'atleta.

Tabella esemplificativa dei richiami/penalità accessorie:

chi espone	1° richiamo	2° richiamo	3° richiamo	4° richiamo
GIUDICE	R	R	R	R
DIRETTORE	R	R	R	
secondi	+5"	+10"	+15"	squalifica

I cartellini di richiamo "R" vengono esposti dai Giudici di Gara lungo il percorso e dal Direttore.

Al termine della gara verrà fatta la somma dei secondi accumulati con i cartellini penalità ed il tempo risultante verrà sommato al tempo impiegato per terminare il percorso.

Qualora il concorrente accumuli quattro richiami totali, il direttore provvederà ad esporre il cartellino rosso di squalifica.

### *Esempio:*

*un concorrente giunge al traguardo con un tempo totale di 15 minuti e 10 secondi ricevendo due penalità di 5 e 10 secondi. Il tempo totale di gara risulterà essere di 15 minuti e 25 secondi.*

## Squalifica immediata

Al concorrente che venga sorpreso a correre durante la gara, i giudici o il direttore provvederanno ad esporre il cartellino rosso di squalifica e l'atleta dovrà abbandonare immediatamente il percorso di gara consegnando i pettorali anteriore e posteriore.

La squalifica immediata può avvenire anche per comportamento scorretto verso altri atleti, Giudici o Direttore di Gara.

## TRACCIATO DI GARA

Il tracciato di gara previsto per le competizioni Speedy Race K2 sono piste di atletica in materiale sintetico, tartan o asfalto apposito. Sono possibili anche piste in battuto di cemento con brecciolino.

I tracciati devono essere caratterizzati da adeguata granulosità in normali condizioni meteorologiche per garantire la corretta tenuta dei bastoncini e spinta mediante l'uso di eventuali gommini applicati.

I tracciati devono essere adeguatamente puliti e privi di agenti causa di cattiva tenuta come ad esempio sconnessioni, presenza di sabbia, foglie o fango. I tracciati acciottolati, sentieri sterrati non omogenei o con asperità tali da compromettere la sicurezza degli atleti non sono idonei alle competizioni di Nordic Walking.

Sarà responsabilità dell'Organizzatore e del Direttore di Gara, coadiuvati dai Giudici di Gara, garantire che il tracciato rispetti le indicazioni fornite dal presente regolamento, anche in caso di condizioni meteorologiche avverse modificando, sospendendo oppure annullando la competizione a tutela della sicurezza degli atleti.

### **Allestimento dei tracciati**

I tracciati devono essere adeguatamente segnalati in tutti i punti caratteristici come la partenza ed il traguardo.

#### **Area di partenza**

All'interno di questa area sarà predisposto il servizio di cronometraggio e di Direzione di Gara. In ogni campo di gara sarà altresì prevista una area di rispetto correttamente segnalata da apposite indicazioni; in particolare l'area di rispetto è collocata dopo la linea di partenza e consente agli atleti di tenere i bastoncini sollevati per i primi metri di percorrenza. Tale area deve essere disposta dalla linea di partenza per una lunghezza totale di 5 metri minimo e 10 massimo. La fine dell'area di rispetto deve essere segnalata da apposito cartello recante la scritta "FINE AREA DI RISPETTO".

#### **Area di servizio**

Lungo il tracciato sarà predisposta l'area per l'**assistenza tecnica**, possibilmente adiacente alla zona di arrivo e di partenza. Detta area sarà esterna alla pista di gara e potrà essere usufruita da parte dell'atleta soltanto prima della partenza o al termine della gara.

In questa area sarà presente il preparatore atletico o un suo delegato, accreditato dall'organizzatore, il quale potrà dare indicazioni tattiche o cronometriche.

#### **Area di ristoro tecnico**

Per le competizioni Speedy Race K2 non è prevista un'area di ristoro tecnico.

#### **Area Paddock**

È provvista un'area "paddock" dove gli atleti potranno sostare e riporre le attrezzature e/o il proprio ristoro. Detta area è libera e non custodita.

#### **Cronometraggio**

Il servizio di cronometraggio potrà essere effettuato sia con rilevamento a "chip" transponder applicato sul pettorale che a cronometro manuale. La partenza avverrà sempre "allo sparo".

Per tutto quanto non previsto o menzionato nel presente addendum vale il Regolamento Nordic Walking Agonistico Libertas.

FINE REGOLAMENTO

Il presente regolamento è composto da numero 5 pagine totali, compresa la copertina ed il sommario.