



BANDO GARA

Il comitato provinciale “A.S.C.” di Bologna in collaborazione con la palestra “Peak Gym” e “Around The Wod Asd” organizza il

1° TROFEO ASC ENDURANCE RACE CUP 2023

1° TAPPA - BIKEERG

QUALIFICAZIONI

La gara è valida per l'attività sportiva di “ginnastica finalizzata alla salute e al fitness”

del registro CONI

GARA NAZIONALE

DAL 15 MAGGIO AL 22 MAGGIO 2023

Gare sulla distanza di 1000mt

Questa competizione nasce con l'obiettivo di promuovere la ginnastica (con l'ausilio della bikeerg) avvicinando, anche virtualmente, persone da ogni parte d'Italia.

1. PROGRAMMA

Sarà possibile disputare la propria prova ed inviarne la schermata con il codice di verifica assieme ai propri dati dalle ore 8.00 di lunedì 15 maggio 2023 alle ore 20.00 di lunedì 22 maggio 2023.

2. REQUISITI NECESSARI PER PARTECIPARE

- Bikeerg Concept 2 con schermo modello PM5. L'impostazione del dumper è libera ma non modificabile durante la gara;
- Tessera ASC.

3. SEDE DI GARA

Presso la sede sociale di allenamento, o presso la propria residenza.

4. MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione potrà essere effettuata compilando l'allegato A entro lunedì 22 maggio 2023 ore 20:00 contestualmente al pagamento.

5. PAGAMENTO

Da effettuarsi con bonifico bancario a:

BENEFICIARIO: Peak Gym SSD

IBAN: IT14D0707202401000000711100

CAUSALE: ISCRIZIONE ATLETI 1° TAPPA 1° TROFEO ASC ENDURANCE RACE CUP 2023

Quote individuali di partecipazione:

- €10 entro il 22/05/2023
- Minimo per società €30

Inviare la distinta di pagamento e l'ALLEGATO A con i dati societari in modo da poter erogare la ricevuta.

6. RITIRI E SOSTITUZIONI

Non rimborsabili. Sostituzioni SOLO con atleti della stessa categoria.

7. ACCREDITO

Non previsto. Farà fede l'allegato A ed il bonifico di pagamento.

8. ELENCO DEGLI ISCRITTI

Sarà pubblicato sul sito www.crossfitasinelli.it

9. CATEGORIE

- Under 16 M-F
- 16 - 17 M-F
- 18 - 35 M-F
- 18 - 35 M-F PL*
- 36 - 47 M-F
- 48 - 60 M-F
- Over 60 M-F
- Over 70 M-F

Tutti potranno scegliere di gareggiare nelle categorie inferiori ad esclusione dei (18-35)

Per le categorie fanno fede gli anni compiuti il giorno della gara (ad esempio se si compiono 36 anni il 10 dicembre 2023 si gareggerà nella categoria 19-35), così come nella certificazione dei record dove però fanno fede le categorie della Concept2.

Potete consultare i record italiani sulla pagina www.concept2.it/indoor-rowers/gare-indoor/i-record/italian

La categoria 18-35 M-F si suddivide in assoluti e pesi leggeri.

*Le donne peso leggero devono pesare al massimo 61,5 kg mentre gli uomini peso leggero devono pesare al massimo 75 kg. Oltre tale peso si rientra nella categoria assoluta.

N.B. Gli atleti iscritti tra i pesi leggeri dovranno inviare tramite email a info@peakgym.it un video che inquadrerà in maniera chiara e oltre ogni beneficio di dubbio l'atleta per intero, il suo peso su una bilancia digitale prima di iniziare la propria gara. L'atleta iscritto in tale categoria che non rientra nel peso o non invia per tempo il video gareggia comunque nella categoria assoluta.

10. COME INVIARE LA PROPRIA GARA

Tramite WhatsApp inviando la schermata col codice di verifica al numero 3342715119, o via mail all'indirizzo info@peakgym.it indicando per iscritto nome e cognome dell'atleta, società di appartenenza, età e categoria.

Riceverete una risposta per confermare la ricezione.

11. IMPOSTAZIONE DISTANZA GARA

- 1000m: il monitor dovrà essere impostato sulla distanza di gara in modalità "distanza singola" (seleziona allenamento→ nuovo allenamento→ distanza singola→impostare la distanza di 1000m utilizzando i primi 4 tastini di destra e confermare con il quinto tastino in basso)

12. COME RICAVARE IL CODICE DI VERIFICA A 16 CIFRE DELLA PROPRIA PRESTAZIONE

Menù principale→ altre opzioni→ memoria→selezionare con la lente la propria gara→ premere per una volta il quarto tastino grigio a destra dello schermo→ apparirà il codice in alto a destra.

13. ALTRE REGOLE

La Bikeerg dovrà essere messa in piano e appoggiata in totale sicurezza e a debita distanza da qualsiasi oggetto. È consentito utilizzare una superficie di appoggio che ne limiti lo spostamento (ad esempio un pavimento gommato). La ventola dovrà essere sempre libera, visibile e mai coperta.

14. RISULTATI E CLASSIFICHE

Dopo opportuna verifica da parte del responsabile tecnico dei dati inviati, il comitato organizzatore ufficializzerà i risultati sul sito www.crossfitasinelli.it

15. DATI PERSONALI

Iscrivendosi si autorizza la società Peak Gym e l'ASC all'utilizzo dei dati comunicati per i fini indispensabili alla manifestazione nel rispetto delle normative vigenti, compresa la pubblicazione.

16. ALLEGATI

- A: modulo di iscrizione

I primi 4 atleti qualificati di ogni categoria saranno convocati a partecipare alle finali il sabato 27/05/2023 alle ore 13.30 C/o Palestra Peak Gym

SI INVITANO TUTTI GLI ATLETI ED I PROPRI ALLENATORI AL RISPETTO DEI PRINCIPI DI SPORTIVITÀ, LEALTÀ E CORRETTEZZA.

È VIETATO FALSIFICARE ETÀ E DATI PERSONALI, GAREGGIARE PER ALTRI ATLETI E UTILIZZARE SOSTANZE DOPANTI (CONSULTABILI SUL SITO "WADA") O METODI ILLECITI ATTI AD ALTERARE LA PRESTAZIONE.

ORGANIGRAMMA

| | |
|----------------------------|-------------------------|
| PRESIDENTE | Giulia Roversi |
| RESPONSABILE ORGANIZZATIVO | Anna Isabella Traviglia |
| RESPONSABILE TECNICO | Ilias Traviglia |

| | |
|-----------------------|--------------------------------|
| | |
| SEGRETARI | Elisa Guidi ; Riccardo Giorgis |
| COMUNICAZIONE E MEDIA | Giulia Roversi |