



*EcletticaSports*



# TRAVERSATA DEL LAGO D'ORTA DOMENICA 7 LUGLIO 2024



LA SOCIETA' SPORTIVA **ECLETTICASPORTS** ORGANIZZA  
IN COLLABORAZIONE CON:  
**ANPAS VOLONTARI DEL SOCCORSO CUSIO SUD-OVEST**

LA **XX<sup>A</sup>** EDIZ. DELLA **TRAVERSATA DEL LAGO D'ORTA**  
DA PELLA A ORTA SAN GIULIO (NOVARA)

IL RICAIVATO DELLA MANIFESTAZIONE SARA' INTERAMENTE  
DEVOLUTO ALL'**ANPAS** PER PROGETTI DI SOLIDARIETA'

[www.facebook.com/ecletticasports](http://www.facebook.com/ecletticasports)

## PATROCINI E COLLABORAZIONI

 <p>Città di ORTA SAN GIULIO NOVARA</p>	 <p>COMUNE DI PELLA</p>	 <p>PROTEZIONE CIVILE N. 1 A.N.P.A.S. SAN MATTEO D'OPAGLIO P.A. CUSIO SUD OVEST</p>
 <p>SUB NOVARA LAGHI SNL SOMMOZZATORI LAGO D'ORTA</p>	 <p>CUSIO CUP® TRIATHLON LAGO D'ORTA DUATHLON</p>	 <p>ACQUASTORE Via Novara 80 - Oleggio (NO) www.acquastore.net OLEGGIO</p>

- RITROVO:** Alle ore 9.00 in p.za Motta a Pella e ritiro del pacco gara.
- PARTENZE:** Alle ore 10.30 dal Giardino Scuole di Orta San Giulio (mt.3000)  
Alle ore 11.30 dal lungolago di P.za Motta a Pella (mt 1500)
- ARRIVO:** Dalle ore 11.10 al Giardino delle Scuole di Orta San Giulio
- PREMIAZIONI:** Dalle ore 13.00 al Palazzotto in P.za Motta di Orta San Giulio

## ISCRIZIONI

Versamento **€ 25 per la gara di 1500 mt. --- € 30 per la 3000 mt.**  
**Fino al 31 Maggio 2024**

intestato a **Volontari del Soccorso Cusio Sud Ovest**

con Bonifico Bancario Unicredit IBAN **IT13U0200845430000103268108**

**Dal 1 Giugno € 30 per la gara di 1500 mt --- € 35 per la 3000 mt.**

Le iscrizioni si chiuderanno alle h.22.00 di **Venerdì 5 luglio 2024**

o a max **350** concorrenti per la gara di 1500 mt e max **150** concorrenti per la 3000 mt.

**ISCRIZIONI AL MATTINO DELLA GARA € 35,00 (1500) – € 40,00 (3000)**

## SERVIZI COMPRESI NELLA QUOTA

- 1- Pacco gara con: Borsa per indumenti; **boa numerata e "chip" per crono da restituire;**  
2 mt. di cordino; cuffia in lattice; buono battello per rientro (gara mt. 1500);  
buono battello A/R (per la gara di mt. 3000); maglietta della manifestazione.
- 2- Altri servizi: Assistenza/soccorso in acqua con Idro-ambulanza C.R.I. e Sub ;  
Servizio medico ad Orta (due ambulanze nelle aree di Partenza / Arrivo );  
Ristoro; Trasporto degli indumenti e Spogliatoio ad Orta; Buono Parcheggio a Pella.

INVIARE IL MODULO D'ISCRIZIONE CON RICEVUTA VIA EMAIL A:

**[mauro.eclettica@gmail.com](mailto:mauro.eclettica@gmail.com)**

**ED ATTENDERE CONFERMA DELL'ISCRIZIONE CON NUMERO GARA**

**ATTENZIONE:**

L'ISCRIZIONE SI INTENDE ACCETTATA: 1- AL RICEVIMENTO DEL MODULO FIRMATO IN MODO AUTOGRAFO  
2- ALLEGANDO RICEVUTA DELL'AVVENUTO VERSAMENTO 3- SOLO SE CONFERMATA CON NUMERO GARA

E' POSSIBILE EFFETTUARE UN SOLO VERSAMENTO PER PIU' PARTECIPANTI,  
IN QUESTO CASO INDICARE I NOMINATIVI DEGLI ISCRITTI COMPRESI NEL VERSAMENTO.

**NOMINATIVI DEGLI ISCRITTI UNITI AL PRESENTE VERSAMENTO:**


**Incolla qui la ricevuta di versamento**

**TRAVERSATA DEL LAGO D'ORTA 2024**

**BUONO PARCHEGGIO**

Valido per la giornata di Domenica 7 luglio 2024 a Pella

**COGNOME** ..... **NOME** .....

**GARA MT** ..... **NUMERO GARA** .....

COMPILARE IN OGNI SUA PARTE PER VALIDARE ED ESPORRE SUL CRUSCOTTO DELL'AUTOVETTURA

# MODULO D'ISCRIZIONE XX^ TRAVERSATA LAGO ORTA del 7 luglio 2024

Iscrizione come:    **NON AGONISTA**     **AGONISTA**     (.....)    **MT. 1500**  
FEDERAZIONE

## Dati del partecipante

Cognome ..... Nome ..... sex .....

Data e luogo di nascita .....

Indirizzo .....

CAP ..... Comune di Residenza .....

Recapito telefonico ..... E-mail .....

Gruppo Sportivo / Società Sportiva .....

TAGLIA DELLA MAGLIETTA

S	M	L	XL	XXL
---	---	---	----	-----

## DICHIARAZIONE - Il sottoscritto dichiara, sotto la propria responsabilità:

- di essere abile nuotatore ed idoneo alla partecipazione della manifestazione: "Traversata del Lago d'Orta " che si terrà Domenica 7 Luglio 2024 sul percorso lacustre da Pella ed Orta San Giulio, di metri 1500.
- Di essere in buono stato di salute e di esonerare l'organizzazione della manifestazione natatoria da ogni responsabilità civile e penale per danni: alla propria persona, a cose o a morte che potrebbero avvenire prima, durante e dopo lo svolgimento della manifestazione.
- Il Partecipante, si impegna ad assumere, a pena di esclusione dall'evento, un comportamento conforme ai principi di lealtà sportiva in occasione della manifestazione e non assumere comportamenti che possano mettere in pericolo la propria o l'altrui incolumità.
- Il Partecipante solleva l'organizzazione da qualsiasi responsabilità, diretta e indiretta, per eventuali danni materiali e non materiali e/o spese (ivi incluse le spese legali), che dovessero derivargli a seguito della partecipazione all'evento sportivo.
- Il Partecipante, con la firma del presente modulo si assume ogni responsabilità che possa derivare dall'esercizio dell'attività sportiva natatoria e solleva gli organizzatori da ogni responsabilità legata a furti o danneggiamenti degli oggetti personali dati in custodia.
- Prende atto che la manifestazione, in caso di pessime condizioni atmosferiche, verrà svolta il 14/07/2024.
- Prende atto che, in caso di rinuncia, la quota d'iscrizione non verrà restituita.
- Dichiara di accettare il regolamento allegato e di restituire la boa ed il "chip" consegnati nel pacco gara.

### Autorizzazione al trattamento dei dati personali

Preso atto dell'informativa di cui all'art. 13 del decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196, il Partecipante autorizza il trattamento e la comunicazione alle associazioni organizzatrici dei propri dati personali, per le finalità connesse alla realizzazione dell'evento sportivo e per la eventuale pubblicazione dei risultati della gara. Il Partecipante esprime il consenso ai trattamenti specificati nell'informativa, autorizzando l'invio di materiale informativo relativo a successive manifestazioni o varie iniziative proposte dagli organizzatori e autorizza ad eventuali riprese fotografiche e cinematografiche per la realizzazione di video, bacheche, pubblicazione su carta stampata e web.

DATA ..... FIRMA .....

Alla gara possono iscriversi i minori che abbiano compiuto almeno 14 anni o nati nel 2010 (art.4), allegando alla presente dichiarazione copia di un documento d'identità personale del nuotatore e la firma di chi esercita la patria potestà.

N. DOCUM. GENITORE ..... FIRMA GENITORE .....

# MODULO D'ISCRIZIONE XX^ TRAVERSATA LAGO ORTA del 7 luglio 2024

Iscrizione gara: **MT. 3000**

## Dati del partecipante

Cognome ..... Nome ..... sex .....

Data e luogo di nascita .....

Indirizzo .....

CAP ..... Comune di Residenza .....

Recapito telefonico ..... E-mail .....

Gruppo Sportivo / Società Sportiva .....

TAGLIA DELLA MAGLIETTA

S	M	L	XL	XXL
---	---	---	----	-----

## DICHIARAZIONE - Il sottoscritto dichiara, sotto la propria responsabilità:

- di essere abile nuotatore ed idoneo alla partecipazione della manifestazione: "Traversata del Lago d'Orta " che si terrà Domenica 7 Luglio 2024 sul percorso lacustre fra Orta S.Giulio – Pella – Orta S.Giulio, di mt. 3000.
- Di essere in buono stato di salute e di esonerare l'organizzazione della manifestazione natatoria da ogni responsabilità civile e penale per danni: alla propria persona, a cose o a morte che potrebbero avvenire prima, durante e dopo lo svolgimento della manifestazione.
- Il Partecipante, si impegna ad assumere, a pena di esclusione dall'evento, un comportamento conforme ai principi di lealtà sportiva in occasione della manifestazione e non assumere comportamenti che possano mettere in pericolo la propria o l'altrui incolumità.
- Il Partecipante solleva l'organizzazione da qualsiasi responsabilità, diretta e indiretta, per eventuali danni materiali e non materiali e/o spese (ivi incluse le spese legali), che dovessero derivargli a seguito della partecipazione all'evento sportivo.
- Il Partecipante, con la firma del presente modulo si assume ogni responsabilità che possa derivare dall'esercizio dell'attività sportiva natatoria e solleva gli organizzatori da ogni responsabilità legata a furti o danneggiamenti degli oggetti personali dati in custodia.
- Prende atto che la manifestazione, in caso di pessime condizioni atmosferiche, verrà svolta il 14/07/2024.
- Prende atto che, in caso di rinuncia, la quota d'iscrizione non verrà restituita.
- Dichiara di accettare il regolamento allegato e di restituire la boa ed il "chip" consegnati nel pacco gara.
- Allega alla dichiarazione copia del Certificato medico agonistico valido per la gara del 7 luglio 2024.

### Autorizzazione al trattamento dei dati personali

Preso atto dell'informativa di cui all'art. 13 del decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196, il Partecipante autorizza il trattamento e la comunicazione alle associazioni organizzatrici dei propri dati personali, per le finalità connesse alla realizzazione dell'evento sportivo e per la eventuale pubblicazione dei risultati della gara. Il Partecipante esprime il consenso ai trattamenti specificati nell'informativa, autorizzando l'invio di materiale informativo relativo a successive manifestazioni o varie iniziative proposte dagli organizzatori e autorizza ad eventuali riprese fotografiche e cinematografiche per la realizzazione di video, bacheche, pubblicazione su carta stampata e web.

DATA ..... FIRMA .....

Alla gara possono iscriversi anche minori che abbiano compiuto 17 anni, se nati nel 2006 (art.31) allegando alla presente dichiarazione, copia di un documento d'identità personale del nuotatore e la firma di chi esercita la patria potestà.

N. DOCUM. GENITORE ..... FIRMA GENITORE .....

[www.facebook.com/ecletticasports](http://www.facebook.com/ecletticasports)

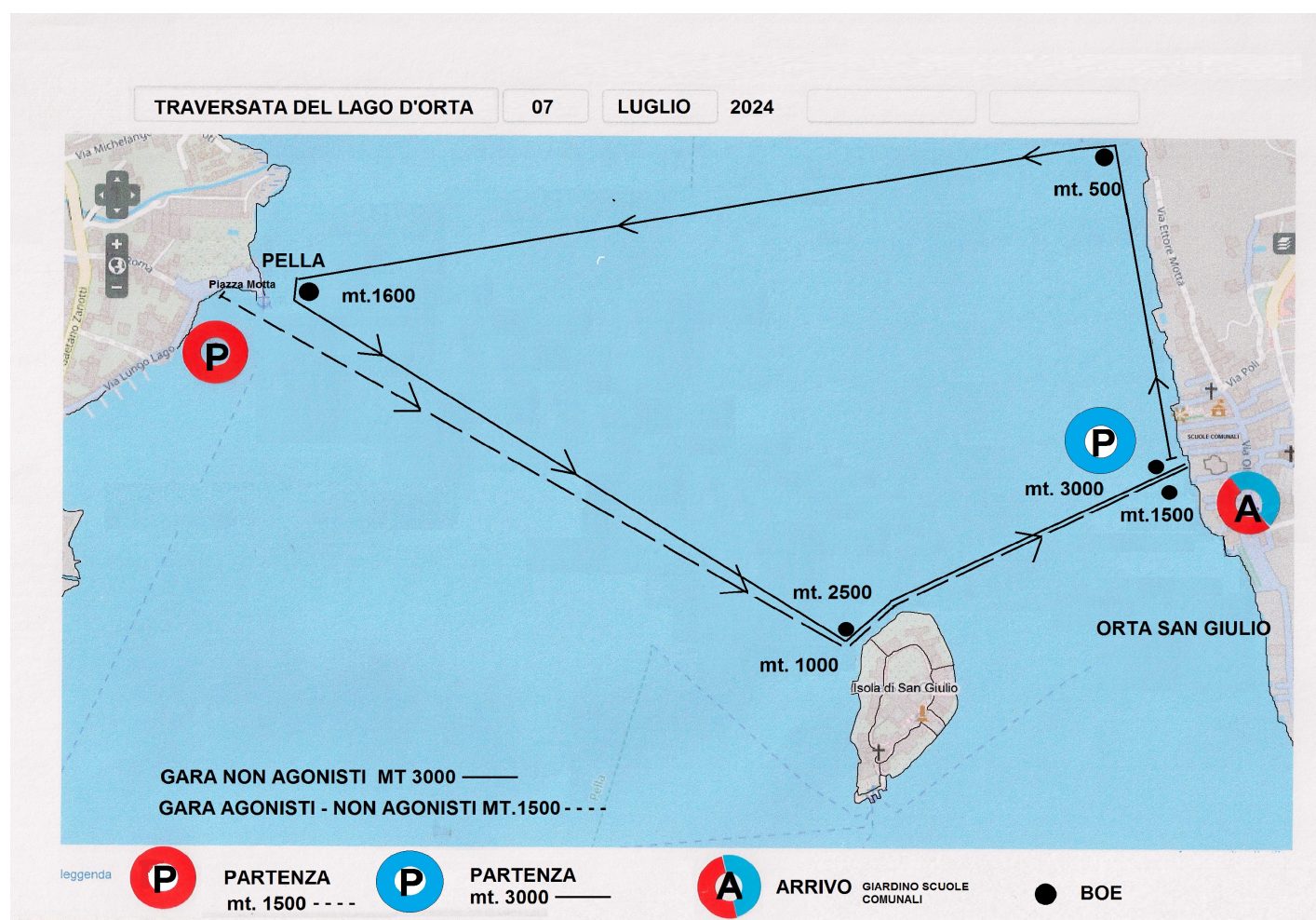
- 1 – La compilazione del modulo d'iscrizione e l'accettazione delle indicazioni elencate attraverso la firma autografa, è obbligatoria ed accompagnata da ricevuta di versamento.
- 2 – Tutti i partecipanti dovranno presentarsi, al ritiro del pacco gara, muniti della ricevuta di versamento dell'iscrizione
- 3 – Per i partecipanti "Minori " ( sotto i 18 anni compiuti ) è fatto obbligo il consenso di uno dei genitori, con l'apposizione di due firme: la propria e quella di un genitore; specificando il numero del **documento di riconoscimento del genitore** ed il tipo di documento.
- 4 – Alla manifestazione è consentita la partecipazione dei minori che abbiano compiuto almeno **14 anni o nati nel 2010** (salvo deroga per tesserate Agoniste/categoria Ragazze o nate nel 2011).
- 5 – **Gli Atleti " Non Agonisti " dovranno trainare una boetta di sicurezza unita al corpo da una funicella; chi arriverà senza boa non sarà classificato. La boa gonfiabile va riconsegnata in area Arrivo (Scuole Comunali) – Chi vorrà tornare a Pella a nuoto lo farà a suo rischio, senza la boa gara.**
- 6 - E' vietato l'uso di boe o cuffie personali in gara anche se di colore simile. Eventualmente sovrapposta.
- 7 - **Per tutti gli atleti è obbligatorio indossare la calottina in lattice colorata fornita.**
- 8 – Le iscrizioni si chiuderanno **Venerdì 05/07/2024 alle h. 22.00** o al raggiungimento di n. **350+150 atleti.**
- 9 - **L'iscrizione è accettata solo al ricevimento del modulo d'iscrizione con firma autografa e con la relativa ricevuta di versamento.** La quota d'iscrizione, in caso di rinuncia, non verrà restituita.
- 10 – E' consentito l'uso di mute in neoprene per tutti gli atleti Agonisti e Non Agonisti.
- 11 – E' consentito l'uso di salvagente o pinne per i partecipanti "Anziani o Disabili ".
- 12– Le barche private al seguito dovranno tenere una distanza di sicurezza di mt 50. dal partecipante più esterno alla scia dei concorrenti . Le barche a motore a sx della direzione di gara (lato nord), le barche a remi a dx della direzione di gara (lato sud).
- 13 – La manifestazione si svolgerà anche in caso di pioggia; in caso di temporale o vento forte la partenza potrà essere posticipata di qualche ora o spostata a Domenica 14 luglio 2024.
- 14- In caso di elevato numero di iscritti (oltre i 250), ci saranno **tre partenze** a distanza di **10** minuti: **1^** batteria agonisti + **boe rosse** (h.11.30) – **2^** batteria **boe gialle** (h.11.40) – **3^** batteria **boe bianche** (h. 11.50) nell'ordine.
- 15- **E' vietato partecipare alla manifestazione se non si è regolarmente iscritti.**
- 16- **Per norma del nuovo Regolamento Comunale non è consentito girare per il paese in costume da bagno o recarsi in p.za Motta ad Orta per il rientro in battello senza un minimo di abbigliamento. Si raccomanda pertanto ai concorrenti di portarsi gli indumenti necessari per cambiarsi in area arrivo.**

#### **ALTRE NORME PER GLI ATLETI AGONISTI – GARA 1500 mt.**

- 17 – **L'ISCRIZIONE DEGLI ATLETI AGONISTI E' IN FORMULA "OPEN" ED APERTA A TUTTI I TESSERATI AGONISTI PER GLI SPORT D'ACQUA A "CORPO LIBERO",** ma non obbligatoria come "agonista".
- 18-- Gli atleti "Agonisti " gareggiano **senza boa al traino ed il cip gara al polso. Il cip da polso deve essere riconsegnato in area arrivo, pena l'addebito di € 50 per il cip.**
- 19 – Ogni partecipante "Agonista" avrà il contrassegno del **numero sulle spalle/mani** con il pennarello ed una calottina numerata di diverso colore.
- 20 – Per gli "Agonisti " è ammesso qualsiasi stile di nuoto **e l'uso di mute in neoprene di 3 mm,** ma non è ammesso l'uso di pinne o guanti palmati.
- 21– Ai partecipanti "Agonisti " è vietato appoggiarsi /farsi trainare dai mezzi in acqua.
- 22 – La partenza "Agonisti " (**1^ batt. h. 11.30** ) avverrà in acqua alta davanti ai "Non Agonisti" boe rosse.
- 23 – L'arrivo in acqua sarà segnalato da un grande tabellone posto a circa 50 cm dalla superficie dell'acqua. **Il tabellone dovrà essere toccato dal concorrente** in arrivo con " Stop" al tempo cronometrato.
- 24–Gli atleti iscritti come "Agonisti" dovranno esibire il tesserino Federale 2024 al ritiro del pacco gara.
- 25 – Per quanto non contemplato, si rimanda al regolamento F.I.N. acque libere.

## ALTRE NORME PER ATLETI – GARA mt. 3000

- 26 - L'iscrizione alla gara di mt. 3000 può essere accettata solo allegando una copia del **certificato medico Agonistico valido per il nuoto al momento dell'iscrizione e per la data del 07/07/2024.**  
**Non sono ammessi certificati con scadenza precedente alla data della manifestazione.**
- 27 - La quota iscrizione entro le ore 22 del 05 luglio 2024 o al raggiungimento di **n. 150** concorrenti.
- 28 - La partenza della gara di mt. 3000 avverrà ad Orta San Giulio a lato dell'area arrivo, alle **ore 10.30.**  
Nuotando in senso antiorario sul percorso evidenziato nell'immagine in basso.  
I concorrenti si trasferiranno dal punto di ritrovo di Pella ad Orta in battello, che **partirà alle ore 10.00** dal pontile della Navigazione di p.za Motta di Pella. ( non sono ammessi ritardi )
- 29 - Tutti i concorrenti dovranno trainare una boa galleggiante gonfiabile che troveranno nel pacco gara.  
**La boa va riconsegnata in area arrivo.**
- 30 - L'iscrizione è subordinata all'accettazione di tutte le altre norme del regolamento in elenco.
- 31 - La gara è riservata ai nuotatori che abbiano raggiunto la maggiore età ( **18 anni** ).  
Inoltre, **possono iscriversi anche i minori che abbiano compiuto 17 anni (se nati nel 2006)** , allegando al modulo iscrizione copia di un documento d'identità personale del nuotatore e la firma di chi esercita la patria potestà. **Tutti gli altri minori sono esclusi dalla gara.**
- 32- Il/la concorrente che giungerà alla boa di Pella (circa 1600 mt) oltre le ore 11.30' (a 1h. dal via ) sarà oltre il tempo massimo di sicurezza e dovrà interrompere la gara, uscendo dall'acqua.
- 33 - **L'organizzazione sconsiglia di tornare a nuoto a Pella al termine della manifestazione per il transito delle numerose barche a motore private e di linea.**



---

ATLETI AGONISTI TESSERATI PER LE FEDERAZIONI : **FIN - FITRI – FIPS - FIPSAS** IN REGOLA CON LA STAGIONE AGONISTICA IN CORSO . ( tesserati con la certificazione medico-sportiva agonistica )

**CATEGORIE AGONISTI AMMESSE ALLA GARA 1500 mt :**

RAGAZZE	ANNI 2010 – 2011*	* (in deroga all'art.4)
RAGAZZI	ANNI 2008 – 2009– 2010	
JUNIORES-CADETTI FEMMINE	ANNI 2006 – 2009	
JUNIORES-CADETTI MASCHI	ANNI 2004 – 2007	
SENIORES FEMMINE	ANNO 2005 e precedenti	
SENIORES MASCHI	ANNO 2003 e precedenti	

Al termine della gara verranno redatte le classifiche per categoria e saranno premiati:

- I primi tre classificati** della Categoria Seniores - M/F
  - I primi tre classificati** della Categoria Juniores/Cadetti - M/F
  - I primi tre classificati** della Categoria Ragazzi - M/F
  - Al primo classificato** della Categoria Non Agonisti - M/F
- “ TROFEO DEL VENTENNALE” AL GRUPPO PIU' NUMEROSO**

---

**I primi tre classificati della gara mt. 3000 - M/F**

**La Premiazione** avverrà ad Orta San Giulio in p.za Motta alle h. 13.00 circa, sotto il Palazzotto Comunale.

**CONSIGLI UTILI**

- Prepararsi adeguatamente , nuotando in piscina per almeno 50/60 vasche o provando il nuoto in acque libere per almeno 30/40 minuti.
- Fare una colazione leggera , ricca di zuccheri e povera di grassi ; non bere alcolici prima della gara.
- Partire in modo moderato e cercare il proprio ritmo respiratorio prima di forzare l'andatura.
- La funicella va legata in vita, e la boa tenuta ad una distanza di circa 1 metro dal corpo, evitando di usarla come salvagente, poiché aumenta l'attrito con l'acqua ed ostacola l'avanzamento. In caso di affanno eccessivo, fermarsi a riprendere fiato utilizzando la boa.

**ATTENZIONE !**

- **La richiesta di soccorso in acqua , rivolta ai mezzi di soccorso più vicini a voi, va eseguita mantenendo un braccio teso in alto ed utilizzando la boa di segnalazione per sostenersi .**

