



1° PENTAGON INDOOR ROWING NATIONAL CHALLENGE 2024

REGOLAMENTO

1. **EVENTO** - Challenge nazionale di Indoor Rowing unico nel suo genere e che getta uno sguardo al futuro della disciplina. Cinque prove in un'unica giornata, prove di potenza, resistenza, abilità, strategia e determinazione per una classifica maschile e femminile che lascerà con il fiato sospeso fino alla fine atleti e pubblico presente. I partecipanti Top Player maschi e femmine si sfideranno sui *RowERG* Concept2 in un appassionante confronto dove non mancheranno agonismo, emozioni, adrenalina e colpi di scena. Le 5 prove in programma sono:

SPARTANS - DOUBLE T - THREEFIVE - DARK SIDE - CRAZY SPRINTS

L'evento è OPEN aperto a tutti i partecipanti aventi maggiore età. Sono ammessi fino ad un massimo di 32 atleti, 16 per la categoria Maschile e 16 per la categoria Femminile (con priorità per data di iscrizione).

2. **DATA** - domenica 12 maggio 2024 con inizio ad ore 10.00.
3. **SEDE** - Palestra Centro Sportivo Arcivescovile di Trento (ingresso con parcheggio via Giusti n. 15).
4. **CATEGORIE** – Gara individuale con categorie **Maschile** e **Femminile**.

5. **TIPOLOGIA GARA** - La competizione si svolge su cinque prove individuali nella stessa giornata utilizzando il *RowERG Concept2*, con la sequenza **SPARTANS - DOUBLE T - THREEFIVE - DARK SIDE - CRAZY SPRINTS**. Ad ogni prova verrà stilata una classifica in base alla posizione ottenuta. I punti assegnati per ogni prova sono:

| | | | | | | | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Posizione | 1° | 2° | 3° | 4° | 5° | 6° | 7° | 8° | 9° | dal 10° |
| Punti | 20 | 16 | 14 | 10 | 8 | 6 | 4 | 3 | 2 | 1 |

6. **FORMULA** - La formula segue il principio “alleno tutto, alleno meglio” e prevede che le prime quattro prove siano rese note ai partecipanti dopo la chiusura delle iscrizioni, in particolare mercoledì 08 maggio 2024. La quinta e ultima prova verrà resa nota il giorno della competizione domenica 12 maggio 2024 al termine della quarta prova.
7. **GIORNATA DI GARA** - Gli orari previsti per le gare, fatto salvo modifiche che verranno eventualmente comunicate dall’organizzazione, sono:

ore 9.45 - Briefing
ore 10.00 - **Spartans**
ore 10.50 - **Double T**
ore 11.40 - **ThreeFive**
ore 12.30 - **Dark Side**
ore 13.20 - **Crazy Sprints**
ore 13.45 - Premiazioni

8. **MODALITA' GARA** - Ogni prova di PENTAGON INDOOR ROWING CHALLENGE 2024 è in forma INDIVIDUALE ed ogni singolo partecipante dovrà affrontare tutte e cinque le prove in programma.
9. **CLASSIFICA e PREMI** - Al termine dell’ultima prova viene stilata la classifica finale con la somma dei punti ottenuti nelle prove. Vengono premiati i **primi 3 classificati M e F**. Vengono inoltre premiati: il primo classificato/a categoria **Over50** ed il primo classificato/a categoria **Over60**. Fa fede l’età il giorno della gara.

10. **ISCRIZIONI e RITIRI** - Iscrizioni da inviare via e-mail a:
prosport.tn@gmail.com **entro lunedì 06 maggio 2024.**

All'atto dell'iscrizione dovranno essere allegati alla e-mail:

- a. l'apposito modulo debitamente compilato scaricabile sul sito:
www.ergevents.it. Il modulo dovrà contenere i dati anagrafici e data di nascita del partecipante, l'eventuale nominativo del Club di appartenenza con la località, il contatto telefonico e la e-mail.
- b. copia dell'avvenuto bonifico come sottoindicato.

Eventuali ritiri non sono rimborsabili.

11. **QUOTA DI PARTECIPAZIONE:** individuale **€ 20,00.**

Da versare a mezzo bonifico bancario:

IBAN IT97M0830401807000007771228 intestato: "a.s.d. Prosport".

Causale: **Iscrizione PENTAGON 2024.**

12. **DOCUMENTI** - I partecipanti devono essere in possesso di documento di identità e certificato medico sportivo agonistico, entrambi in corso di validità.

13. **ACCREDITAMENTO** - L'accREDITamento è previsto dalle ore 8.30 alle ore 9.30 di domenica 12 maggio 2024 presso la sede della competizione Palestra Arcivescovile - ingresso via Giusti n. 15 – Trento (con parcheggio).

N.B. All'atto dell'accREDITamento ad ogni atleta verrà assegnato un numero di gara che il concorrente dovrà tenere in evidenza per la durata dell'evento.

14. **RISULTATI e CLASSIFICHE** - Risultati finali e classifiche saranno pubblicati su www.ergevents.it e sul social Instagram **pentagon_indoorrowing**.

15. **CONSENSO e PRIVACY** - Con l'iscrizione all'evento il partecipante dà il proprio consenso alla pubblicazione e/o diffusione in qualsiasi forma delle proprie immagini su carta stampata e/o su qualsiasi altro mezzo di diffusione, nonché autorizza la conservazione delle foto e dei video stessi negli archivi della Società/Ente che gestisce ed organizza l'evento e prende atto che la finalità di tali pubblicazioni sono meramente di carattere informativo ed eventualmente promozionale. Il trattamento dei dati

personali avverrà mediante strumenti manuali, informatici e telematici, con logiche strettamente correlate alla finalità sopra evidenziate e comunque da soggetti autorizzati all'assolvimento di tali compiti, opportunamente edotti dei vincoli imposti dal D.Lgs. 196/2003, dotati di misure di sicurezza atte a garantire la riservatezza dei dati personali e ad evitare l'indebito accesso a soggetti terzi o a personale non autorizzato.

16. **INFORMAZIONI** - Ulteriori informazioni sull'evento:

a.s.d. Prosport - tel. 0461.985399 e-mail: prosport.tn@gmail.com

