



Coaches Manual: Nuoto

Versione maggio 2022

Il Coaches Manual è un documento ufficiale di Special Olympics Switzerland (SOSWI). Fornisce ai Coach che si preparano per i National Summer Games San Gallo 2022 le informazioni più importanti sulla disciplina del nuoto.

La prima versione del Coaches Manual sarà pubblicata nel corso del mese di novembre 2021. Dopo di che, il documento sarà regolarmente aggiornato fino all'inizio dei Games. La versione aggiornata verrà pubblicata su questo [sito](#).

1. Organizzazione

Data	Da giovedì 16 a domenica 19 giugno 2022
Sede	Piscina coperta Blumenwies, Martinsbruggstrasse 25, 9016 San Gallo
Organizzatore	<u>Organizzazione:</u> Associazione «NSG SG 2022», www.sq2022.ch <u>Direzione sportiva e accrediti:</u> Special Olympics Switzerland, Tel. 0800 222 666 www.specialolympics.ch
Technical Delegate (Direzione Gara)	Ocker Alexander, Technical Delegate Nuoto, Special Olympics Switzerland Tel: +41 78 636 21 39, Mail: a.ocker@icloud.com Assistant TD: Anina Pousaz
Partner locale	Società di nuoto St. Gallen Wittenbach Günter Parfuss, guenter.parfuss@svsw.ch
GMS Officials	Diego Kaufmann, GMS Official, Special Olympics Switzerland



2. Iscrizione

Numero di partecipanti	217 atleti
Livelli & Discipline	<p>Categoria 1: 15m con assistenza & 15m con dispositivo galleggiante 25m con assistenza & 25m con dispositivo galleggiante</p> <p>Categoria 2: 25m stile libero / dorso / rana; 50m stile libero; staffetta 4x25m e staffetta 4x50m (solo per i nuotatori che gareggiano nei 50m stile libero)</p> <p>Categoria 3: 25m delfino; 50m stile libero / dorso / rana; 100m e 200m stile libero; 4x25m e 4x50m staffetta.</p> <p>Ogni nuotatore può partecipare a una sola categoria.</p> <p>La staffetta può essere composta da nuotatori delle categorie 2 e 3. L'iscrizione alla staffetta si è già conclusa. Se un atleta non può partecipare al NSG, può essere sostituito da un altro nuotatore dello/a stesso/a o di un altro/a gruppo/istituzione.</p>
Informazioni sulle iscrizioni	<p>Categoria 1: Le atlete e gli atleti di questa categoria possono partecipare a un massimo di 2 discipline.</p> <p>Categoria 2+3: Ogni partecipante può competere in un massimo di due discipline e inoltre nella staffetta.</p>



3. Programma

<p>Programma</p>	<p>Mercoledì, 15 giugno 2022 16:00 – 20:00 Check In</p> <p>Giovedì, 16 giugno 2022 09:00 – 09:45 Coach Meeting, Piscina coperta di Blumenwies 10:00 – 16:00 Divisioning 18:30 – 21:30 Cerimonia di apertura</p> <p>Venerdì, 17 giugno 2022 09:30 – 16:45 Divisioning & finali 13:30 – 17:30 Cerimonie di premiazione (in continuo dopo ogni finale)</p> <p>Sabato, 18 giugno 2022 09:30 – 16:30 Divisioning & finali 10:00 – 17:30 Cerimonie di premiazione (in continuo dopo ogni finale)</p> <p>Domenica, 19 giugno 2022 09:30 – 12:00 Finali 09:30 – 13:00 Cerimonie di premiazione (in continuo dopo ogni finale) 11:30 – 13:45 Pranzo a Blumenwies 14:30 – 15:30 Cerimonia di chiusura</p>
<p>Cerimonie di premiazione</p>	<p>Per tutte le discipline, le cerimonie di premiazione avranno luogo direttamente dopo le finali e dopo la scadenza del tempo di protesto.</p> <p>Le cerimonie di premiazione per il nuoto sono previste all'esterno della piscina coperta di Blumenwies, in una tenda. I nuotatori dovranno dunque vestirsi (ad es. accappatoio) per effettuare lo spostamento dalla piscina coperta al luogo della cerimonia di premiazione.</p>
<p>Coach Meeting</p>	<p>Durante i Coach meeting, verranno trasmesse importanti informazioni specifiche alla disciplina sportiva.</p> <p>Ogni gruppo è responsabile di assicurarsi che l'Head Coach partecipi al Meeting. In caso di indisponibilità da parte dell'Head Coach, quest'ultimo può essere rappresentato solo da un altro Coach appartenente allo stesso gruppo. L'Head Coach non può essere rappresentato da un Delegation Liasion.</p> <p>Il primo Coach Meeting si terrà giovedì mattina, 16.06.22 nella direttamente alla piscina.</p> <p>A seconda del bisogno, è possibile che si tengano dei Meeting anche venerdì, sabato e domenica. Questo sarà annunciato a tempo debito direttamente sul luogo di competizione.</p>



<p>Athlete's Flow</p>	<p>Tra le competizioni, gli atleti sono seguiti dai loro allenatori e DL.</p> <p>Durante la competizione si applica il principio dell'«Athlete's Flow».</p> <p>Questo significa: assistenza da parte degli organizzatori dalla Call-Room fino al traguardo o, nel caso delle finali, fino a dopo la cerimonia di premiazione.</p>
------------------------------	---

4. Regolamento

<p>Regolamento</p>	<p>Le competizioni di tutti gli sport si svolgono secondo i regolamenti di SOSWI : https://specialolympics.ch/it/discipline-sportive/nuoto/</p> <p>Il regolamento e il Coaches Manual sono i documenti tecnici ufficiali validi per le competizioni.</p>
<p>Divisioning</p>	<p>Per tutte le discipline il Divisioning avrà luogo giovedì 16.06.2022, venerdì 17.06.2022 e sabato 18.06.2022.</p> <p>Gli atleti saranno divisi in categorie di prestazioni sulla base del Divisioning.</p> <p>A seconda del numero di partecipanti, il Technical Delegate può prendere in considerazione il sesso e/o l'età per creare delle divisioni separate.</p> <p>Se un nuotatore o una squadra della staffetta, a causa delle loro prestazioni nella fase di Divisioning, vengono assegnati ad un gruppo di prestazioni per le Finals con un livello troppo basso, il Coach ha la responsabilità di segnalarlo. A questo scopo, compila il modulo "Improved Performance" che gli permetterà di richiedere alla Giuria che il nuotatore o la staffetta siano stati inseriti in una divisione migliore in base alle loro prestazioni.</p>
<p>Maximum Effort Rule</p>	<p>Tutti gli atleti sono tenuti a dare il meglio di sé nella fase di Divisioning e durante le Finals. La Maximum Effort Rule sarà applicata durante le competizioni, con i seguenti parametri:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Categoria 1: Aumento massimo del 20% tra Divisioning e finale. - Categorie 2&3: Aumento massimo del 15% tra Divisioning e finale <p>Aumenti di prestazione superiori a quelli definiti porteranno, secondo regolamento, alla squalifica dell'atleta.</p>
<p>Informazioni sulle competizioni</p>	<p>Categoria 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> - con mezzo di galleggiamento: gli atleti nuotano autonomamente ma con l'aiuto di un oggetto galleggiante. L'oggetto dovrebbe aiutare il galleggiamento ma non l'avanzamento. Il dispositivo di



	<p>galleggiamento deve essere lo stesso per il Divisioning e per le finali. - con assistenza: gli atleti nuotano senza un dispositivo di galleggiamento ma con un aiutante. L'aiutante non può tirare o spingere l'atleta.</p> <p>Le staffette 4x25m e 4x50m possono essere composte da atleti delle categorie 2 e 3.</p> <p>50m stile libero: è prevista una singola gara per questo evento. Gli atleti di livello 2 e 3 saranno riuniti nella stessa gara.</p> <p>Abbreviazioni per la partenza:</p> <ul style="list-style-type: none"> - W: partenza in acqua (Wasserstart) - H: necessita di aiuto per entrare in acqua (Benötigt Hilfe) - R: nuota in una corsia al bordo (Schwimmt in einer Randbahn)
Ufficiali	Sono nominati dalla Società di nuoto di San Gallo Wittenbach e da SOSWI.
Giuria	<ul style="list-style-type: none"> • Alexander Ocker, Technical Delegate SOSWI • Günter Parfuss, Società di nuoto St. Gallen Wittenbach • 2 arbitri: <ul style="list-style-type: none"> -Katja Tropp -Peter Stalder
Protesto	<p>Il formulario di protesta deve essere inoltrato in forma scritta da parte del coach e può essere <u>inoltrato alla giuria al massimo 15 minuti dopo la pubblicazione dei risultati</u>.</p> <p>La giuria prende la decisione sui protesti. Contro la decisione della giuria è possibile inoltrare un protesta alla giuria d'appello (per email: sport@specialolympics.ch). La decisione della giuria d'appello è definitiva e inappellabile.</p> <p>Non è possibile effettuare ricorso contro la decisione del divisioning.</p>
Coaching	<p>In nessun caso il Coach può entrare nella "zona neutra" che circonda la piscina e dove i nuotatori stanno aspettando. Si prega di fare riferimento anche al punto 3.5 Coaching del Regolamento SOSWI.</p> <p>Questa regola si applica anche alle staffette. Per la staffetta, i Coach segneranno i loro atleti con un pennarello indelebile (1,2,3 e 4) sul braccio.</p> <p>La regola di cui sopra non si applica ai Coach che accompagnano i nuotatori di Livello 1, o che devono accompagnare un nuotatore con una disabilità grave. È però necessario indicare questa necessità già durante il processo di registrazione</p>



<p>Liste di partenza e risultati</p>	<p>Le liste di partenza e i risultati sono compilati da SOSWI utilizzando il GMS (Games Management System). Per il cronometraggio sarà utilizzato il sistema semiautomatico ALGE.</p> <p>Le liste di partenza saranno fisicamente consegnate agli Head Coach sul luogo della competizione. Una copia è fornita per ogni gruppo sportivo.</p> <p>Nella sede delle competizioni ci sarà una bacheca informativa con affisse le liste di partenza e i risultati.</p>
<p>Squalifiche durante il Divisioning</p>	<p>Un nuotatore squalificato durante il Divisioning potrà comunque partecipare alle finali.</p> <p>In tal caso il tempo di riferimento sarà quello annunciato al momento dell'iscrizione o quello modificato da parte del coach mediante il formulario «Improved Performance Form». Questo modulo è ottenibile presso il Technical Delegate o dal GMS Official presenti sul luogo della competizione.</p> <p>In nessun caso il Coach potrà iscrivere un suo nuotatore in un'altra disciplina e distanza dopo la conclusione del processo di registrazione.</p>
<p>Staffette</p>	<p>La composizione nominale con l'ordine degli staffettisti (da 1 a 4), così come il tempo totale di ogni staffetta devono essere comunicati sul documento specifico durante il processo di registrazione.</p> <p>Se un atleta deve essere sostituito dopo il termine di registrazione, questo deve essere segnalato immediatamente al Technical Delegate.</p> <p>Mercoledì 15 giugno 2022 non ci sarà alcuna registrazione in loco.</p> <p>Ogni componente della staffetta può nuotare unicamente una sola tratta.</p> <p>L'ordine degli staffettisti può essere cambiato, ma è obbligatorio informare la direzione di gare prima della partenza. In caso contrario, la squadra sarà squalificata.</p> <p>La staffetta è composta da 4 nuotatori.</p> <p>Nelle staffette è estremamente importante che i singoli nuotatori abbiano i piedi a contatto con il muro o il bordo della piscina. L'atleta in attesa non può partire finché il nuotatore precedente non ha toccato il muro. In caso contrario la squadra viene squalificata.</p> <p>Sulla base delle disposizioni di sicurezza dell'UPI, è possibile tuffarsi di testa solo da un lato della piscina. Le/gli atlete/i uno e tre possono</p>



	<p>partire tuffandosi di testa, mentre le/gli atlete/i due e quattro devono partire in acqua.</p> <p>Ogni nuotatore che ha completato il suo evento o la sua distanza nella staffetta deve, se possibile, uscire dall'acqua il più presto possibile senza lasciare la sua corsia. Se questo non è possibile, il nuotatore deve rimanere nella sua corsia fino alla fine della gara, cercando di non disturbare gli altri atleti. Se il nuotatore disturba un atleta di un'altra squadra, l'intera squadra sarà squalificata.</p>
Partenze	<p>Le partenze saranno date conformemente al regolamento di SOSWI (pt. 3.2 del regolamento di nuoto SOSWI). L'ordine di partenza sarà dato in tedesco:</p> <p>fischio lungo – «auf die Plätze» – segnale di partenza (= beep):</p>
Call Room (Camera d'appello)	<p>I Coach porteranno i loro atleti nella Call Room secondo la lista di partenza.</p> <p>Non appena lo speaker effettua l'annuncio, i Coach devono portare i loro atleti il più rapidamente possibile alla Call Room.</p> <p>Un atleta che non si presenta in tempo alla Call Room non potrà prendere parte alla competizione.</p>
Piscina	<p>Tutte le gare sono previste nella grande piscina di 25m con 5 corsie e una profondità minima di 1,30 m.</p> <p>Tutte le partenze (comprese le staffette) saranno condotte secondo il regolamento ufficiale SOSWI (vedi anche punto 3.2).</p> <p>A causa del numero limitato di corsie, le divisioni con più di 5 atleti/squadre nuoteranno in 2 batterie. Pertanto nella lista di partenza gli atleti saranno suddivisi tra prima batteria (corsie 1-5) e seconda batteria (corsie 6-10). La corsia 6 corrisponde alla corsia 1 ecc.</p>
Falsa partenza	<p>Si ha una falsa partenza quando un nuotatore si tuffa in acqua o parte prima del segnale di partenza.</p> <p>A causa del lungo stop causato dal Covid, si è tornati ad applicare la vecchia regola per le false partenze. Una falsa partenza viene segnalata tramite una rapida e continua ripetizione del segnale di partenza ("beep"). L'atleta segnalato viene squalificato solo dopo la seconda falsa partenza.</p>



5. Diversi

Pranzo	Il pranzo per le/gli atlete/i e i loro coach sarà servito tra le 11:30 e le 14:00 in una tenda davanti alla piscina Blumenwies.
Cronometraggio	Cronometraggio ALGE, semiautomatico.
Abbigliamento	Secondo il regolamento dell'atletica: Costume da bagno (vietati i pantaloncini/shorts) Accappatoio o training Ciabatte Prima della partenza delle loro serie gli atleti hanno la possibilità di mettere i loro vestiti in un Box, che gli sarà restituito dopo la gara.
Telefono e Tablet	Portate i vostri telefoni cellulari e tablet. Le informazioni vengono scambiate continuamente via internet.
Spogliatoi	La piscina dispone di un numero di spogliatoi sufficiente. Gli armadietti sono a disposizione per tutta la durata delle competizioni. Alla fine delle stesse, al più tardi ogni sera, tutti gli armadietti vanno liberati poiché la sera e la mattina seguente la piscina è aperta al pubblico. La cauzione per la chiave è di CHF 2.00. Vi preghiamo perciò di portare delle monete.

6. Programma sportivo nuoto

Mittwoch, 15. Juni 2022	Donnerstag, 16. Juni 2022	Freitag, 17. Juni 2022	Samstag, 18. Juni 2022	Sonntag, 19. Juni 2022
	09:00 - 09:45 Coaches Meeting Divisioning 10:00 - 10:40 25m Freistil Damen 10:50 - 11:30 25m Freistil Herren 11:45 - 11:50 25m mit Begleitung 12:00 - 12:25 100m Freistil 12:35 - 12:45 200m Freistil 12:50 - 13:00 15m mit Begleitung Pause 13:45 - 14:00 25m Rücken 14:10 - 14:20 50m Brust 14:25 - 14:35 50m Rücken 14:40 - 14:45 25m mit Schwimmhilfe 14:50 - 15:05 25m Brust 15:15 - 15:20 25m Delfin 15:25 - 15:30 15m mit Schwimmhilfe 15:35 - 16:10 50m Freistil Damen	Divisioning 09:30 - 10:05 50m Freistil Herren Wettkämpfe 10:15 - 11:15 25 Freistil Damen 11:30 - 11:40 25m mit Begleitung Pause Wettkämpfe 12:15 - 13:30 25m Freistil Herren 13:45 - 14:25 100m Freistil 14:45 - 14:55 200m Freistil 15:05 - 15:10 15m mit Begleitung 15:20 - 15:50 25m Rücken 16:10 - 16:25 50m Brust 16:30 - 16:45 50m Rücken	Divisioning 09:30 - 10:25 4x25m Staffel 10:35 - 10:55 4x50m Staffel Wettkämpfe 11:15 - 11:20 25m mit Schwimmhilfe 11:30 - 12:00 25m Brust Pause Wettkämpfe 13:00 - 13:05 15m mit Schwimmhilfe 13:15 - 13:20 25m Delfin 13:30 - 14:30 50m Freistil Damen 15:00 - 16:15 50m Freistil Herren	Wettkämpfe 09:30 - 10:40 4x25m Staffel 11:00 - 11:50 4x50m Staffel
16:00 - 20:00 Check-in, Olma Messe				



7. Programma sportivo generale

NSG 2022 - Sportprogramm

Endversion: 11.05.2022

Sportart	Mittwoch, 15.06.2022		Donnerstag, 16.06.2022			Freitag, 17.06.2022			Samstag, 18.06.2022			Sonntag, 19.06.2020		
	NM (16-20h)	Abend (18-21.30h)	VM (ab 10.00h)	NM (bis 16.00h)	Abend (ab 19.00h)	VM (ab 09.30h)	NM (bis 16.30h)	Abend (ab 18:30h)	VM (ab 09.30h)	NM (bis 16.30h)	Abend (ab 18.30h)	VM (09-13.45h)	NM (14h30h)	
AQ Schwimmen	Check-In	Pasta Party	D	D	Einmarsch & Eröffnungsfeier (Nachessen ab 17.30h)	D + F	F	... Night event ...	F + D Staffel	F	... Night event ...	F & Staffel	Schlussfeier	
AT Leichtathletik	Check-In		D	D		D + F	D + F		D + F & D Staffel	F		F		F & Staffel
BB Basketball	Check-In		D	D		Turnier	Turnier		Turnier	FREI		F		F
BC Boccia	Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Einz.&Dopp.	F Einzel		F Doppel		F Doppel
BO Bowling	T Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einz.&Dopp.		F Einz.&Dopp.	F Doppel		FREI		F 3-Team
CY Radfahren	Check-In		D	D		F	F		F	F		FREI		F
EQ Reiten	Check-In		T/D Horsematching	T/D Horsematching		FREI	F		F	F		F		F
FB Fussball	Check-In		D	D		Turnier	FREI		Turnier	F		Turnier		F
GF Golf	T Check-In		T + D	D		D	D + F		D + F	F		FREI		F
JU Judo	Check-In		FREI	F Mix-mix		FREI	D		D	F Shiai		F Shiai		F Kata
PE Petanque	Check-In		D	Turnier		Turnier	Turnier		Turnier	Turnier		FREI		F
SA Segeln	T Check-In		T + D	D		F	F		F	F		F		F
TN Tennis	T Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Einzel	FREI		F Einz.+Dopp.		F Doppel
TT Tischtennis	T Check-In		D	D + FREI		Turnier Einzel Open	Turnier Einzel Open		Turnier Einzel	Turnier Einzel		Turnier Einzel		Turnier Doppel
Promotion Handball	Check-In		FREI	FREI		FREI	T + D		Turnier	Turnier		Turnier		FREI

Legende: T = Training / D = Divisioning / F = Finals

Version: 11.05.2022