

Guida per i Genitori dei Giovani Nuotatori alle Prime Gare

Partecipare a una gara di nuoto per la prima volta può essere un'esperienza emozionante sia per gli atleti che per le loro famiglie. Ecco alcune informazioni utili per comprendere meglio come funzionano le competizioni.

1. Struttura della Gara

- Ogni gara è suddivisa in diverse batterie, che sono gruppi di atleti che nuotano insieme, uno per corsia.
- Il vincitore di una batteria non è necessariamente il vincitore della gara: la classifica finale si basa sui tempi ottenuti da tutti i partecipanti nelle diverse batterie.
- I nuotatori con i tre tempi migliori per categoria d'età spesso vengono premiati con medaglie e riconoscimenti.
- I giudici verificano il rispetto delle regole di ogni stile e, in caso di infrazione, possono squalificare i nuotatore.

2. Categorie di Gara

- Alcune gare sono suddivise per anno di nascita, mentre altre raggruppano più fasce d'età.
- Maschi e femmine gareggiano separatamente, salvo eccezioni come alcune staffette miste.

3. Preparazione alla Gara

- Prima di ogni gara si svolge un riscaldamento in acqua per permettere agli atleti di prepararsi al meglio.
- È importante arrivare in anticipo per avere il tempo necessario a cambiarsi, riscaldarsi e concentrarsi sulla gara.

4. Consigli per i Genitori

- Incoraggiate i vostri figli senza mettere troppa pressione sul risultato.
- Assicuratevi che abbiano tutto il necessario: costume, cuffia, occhialini, un asciugamano, e la divisa
- Godetevi l'esperienza e sostenete il loro impegno con entusiasmo!

Buona gara a tutti!