

**Asociația Județeană de Natație în colaborare cu D.J.S.T Suceava  
AQUA CLUB și Școala Gimnazială nr.3 Suceava  
organizează “ Cupa Bucovinei “ – ediția a-XXIII-a**

Asociația Județeană de Natație în colaborare cu D.J.S.T. Suceava, AQUA CLUB și Școala cu cls. I-VIII nr.3 Suceava organizează în data de 27-28.02.2016 “ **CUPA Bucovinei** “ - **ediția a-XXIII-a** , la înot , având ca scop verificarea gradului de pregătire al sportivilor ce vor participa la campionatele naționale / regionale din aceasta primăvară, promovarea înotului pe plan local și promovarea imaginii orașului Suceava .

- Condiții de participare: BAZIN 25 M , 5 culoare , (acoperit)
  - Temperatura apei 28-29 grade
  - Temperatura aerului în sala 30 grade
  - Cronometraj manual
- Premii: La individual se vor acorda diplome și medalii primelor 3 locuri la fiecare categorie de vârstă și sex.
  - categorii de vârstă :2002, 2003, 2004, 2005 , 2006 , 2007 , 2008 și mai mici
  - NUMARUL DE PARTICIPANȚI – maxim 160
  - se vor acorda cupe primelor 3 echipe în funcție de punctajul obținut la probele competiției la toate categoriile de vârstă ( locul I =4 pct. , locul II =2pct., locul III =1pct.);
  - se vor acorda cupe și premii celor mai buni sportivi / categorie de vârstă , un premiu surpriza pentru toți participanții ;
- Probele competiției :
  - 2008 și mai mici : 50 Liber, 50 Spate, 50 Bras, 50 Fluture, 100 Liber
  - 2007 : 50 Liber, 50 Spate, 50 Bras, 50 Fluture, 100 Liber
  - 2006 - 2004 : 100 Liber, 100 Spate, 100 Bras, 50 Fluture, 200 Liber, 200 Mixt
  - 2002 - 2003 : 100 Liber, 100 Spate, 100 Bras, 100 Fluture, 400 Liber, 200 Mixt
- Taxa de înscriere: 10 lei pentru fiecare proba
- Aviz medical individual / de grup , sau asumarea răspunderii a antrenorului coordonator
- Înscrieri: - înscrierile se vor trimite pe adresa de mail: [dcmoscaliuc@yahoo.com](mailto:dcmoscaliuc@yahoo.com) , cel mai târziu până la data de 25.02.2016 (inclusiv).
- Persoana de contact: prof. Moscaliuc Cezar , tel 0743122796

## PROGRAM DE CONCURS

### REUNIUNEA I

Ora 9.00 incalzire

**Ora 10.00** startul competitiei

**1-5.** 100 Spate 2002 - 2006 M

**6-10.** 100 Spate 2002 - 2006 F

**11-12.** 50 Bras 2007, 2008 M

**13-14.** 50 Bras 2007, 2008 F

Demonstrativ open 2001+, M+F

**15-19.** 100 Liber 2002 - 2006 M

**20-24.** 100 Liber 2002 - 2006 F

**25-26.** 50 Fluture 2007, 2008 M

**27-28.** 50 Fluture 2007, 2008 F

### REUNIUNEA II

Ora 16.00 incalzire

**Ora 17.00** începerea concursului

**29-30.** 50 Liber 2007, 2008 F

**31-32.** 50 Liber 2007, 2008 M

**33-35.** 50 Fluture 2004 - 2006 F

**36-38.** 50 Fluture 2004 - 2006 M

**39-40.** 100 Fluture 2002, 2003 F

**41-42.** 100 Fluture 2002, 2003 M

Demonstrativ open 2001+, M+F

**43-44.** 50 Spate 2007, 2008 F

**45-46.** 50 Spate 2007, 2008 M

**47-51.** 200 Mixt 2002 - 2006 F

**52-56.** 200 Mixt 2002 - 2006 M

### REUNIUNEA III

Ora 9.00 incalzire

**Ora 10.00** începerea concursului

**57-61.** 100 Bras 2002 - 2006 M

**62-66.** 100 Bras 2002 - 2006 F

Demonstrativ open 2001+, M+F

**67-68.** 100 Liber 2007, 2008 M

**69-70.** 100 Liber 2007, 2008 F

**71-73.** 200 Liber 2004, 2005, 2006 M

**74-76.** 200 Liber 2004, 2005, 2006 F

**77-78.** 400 Liber 2002, 2003 M

**79-80.** 400 Liber 2002, 2003 F

10 minute pauză

**PREMIEREA CELOR MAI BUNI SPORTIVI  
PREMIERE PRIMELOR 3 ECHIPE**

Numerotarea incepe cu categoria 2002 – proba 1 ( anul mai mare se considera prima proba )