



TRENTO - 22 NOVEMBRE 2026

4° ERGATHLON ITA NATIONAL CHAMPIONSHIP INDIVIDUALE e TEAMx3 RELAY

REGOLAMENTO

1. **EVENTO** - La competizione rappresenta la quarta edizione del Campionato Nazionale di Ergathlon C2 (SkiERG - BikeERG - RowERG) **Individuale** e in **Teamx3 Relay**. L'evento è aperto a tutti i partecipanti aventi maggiore età. **L'organizzazione si riserva di accettare l'iscrizione fino al raggiungimento dei posti disponibili.**
2. **DATA** - domenica 22 novembre 2026 con inizio ad ore 9.30.
3. **SEDE** - Trento - Palestra Centro Sportivo Arcivescovile (ingresso via Giusti n. 15).
4. **INDIVIDUALE - MASCHILE e FEMMINILE**
Categorie: Open - 50/59 e Over60. Fa fede l'età il giorno della gara.
La competizione si svolge sulla distanza *Ergathlon Super Sprint C2* con la sequenza: **SkiERG m.500 - BikeERG m. 1000 - RowERG m. 500.**
La formula della competizione prevede 3 turni in cui tutti i partecipanti saranno impegnati:

1° Turno Qualifiche - **2° Turno** Semifinali - **3° Turno** Finali.

Al termine dei tre turni viene stilata la classifica finale maschile e femminile.

5. **TEAM** - Il **Teamx3 Relay** è composto da tre elementi (due maschi ed una femmina). Categorie: Open - 150 e 180 (somma minima degli anni dei componenti il giorno della gara). Ogni frazione dell'*Ergathlon* deve essere affrontata da un componente diverso del Team che dovrà attendere il "tocco sulla spalla" del compagno/a per poter iniziare la propria frazione su ERG. La sequenza prevede **m. 1000** su **SkiERG** **m. 2000** su **BikeERG** - **m. 1000** su **RowERG**. La formula della competizione prevede 3 turni in cui tutti i partecipanti saranno impegnati. Ad ogni turno a seconda della posizione ottenuta in classifica sono assegnati dei punteggi. La somma dei punteggi dà la classifica finale.

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

Formazioni nelle fasi della competizione - Il Teamx3 Relay è composto da **tre** elementi, due maschi (**M1** e **M2**) ed una femmina (**F**). Ogni fase prevede una diversa formazione **LIMITED** per affrontare la prova.

In sintesi:

1° Turno M1/M2/F **2° Turno** M2/F/M1 **3° Turno** F/M1/M2

N.B. Nella pagina seguente viene riportata in maniera schematica la sequenza prevista nelle varie fasi della competizione con i relativi attrezzi in uso.

6. **GIORNATA DI GARA** - Gli orari previsti per le gare, fatto salvo modifiche che verranno eventualmente comunicate dall'organizzazione, sono:

ore 9.15 - Briefing & Warm up
ore 9.30 - 1° turno Team Relay
ore 10.30 - Qualifiche Individuale M/F
ore 11.15 - 2° turno Team Relay
ore 12.15 - Semifinali Individuale M/F
ore 13.00 - 3° turno Team Relay
ore 14.00 - Finali individuale M/F
ore 15.00 - Premiazioni

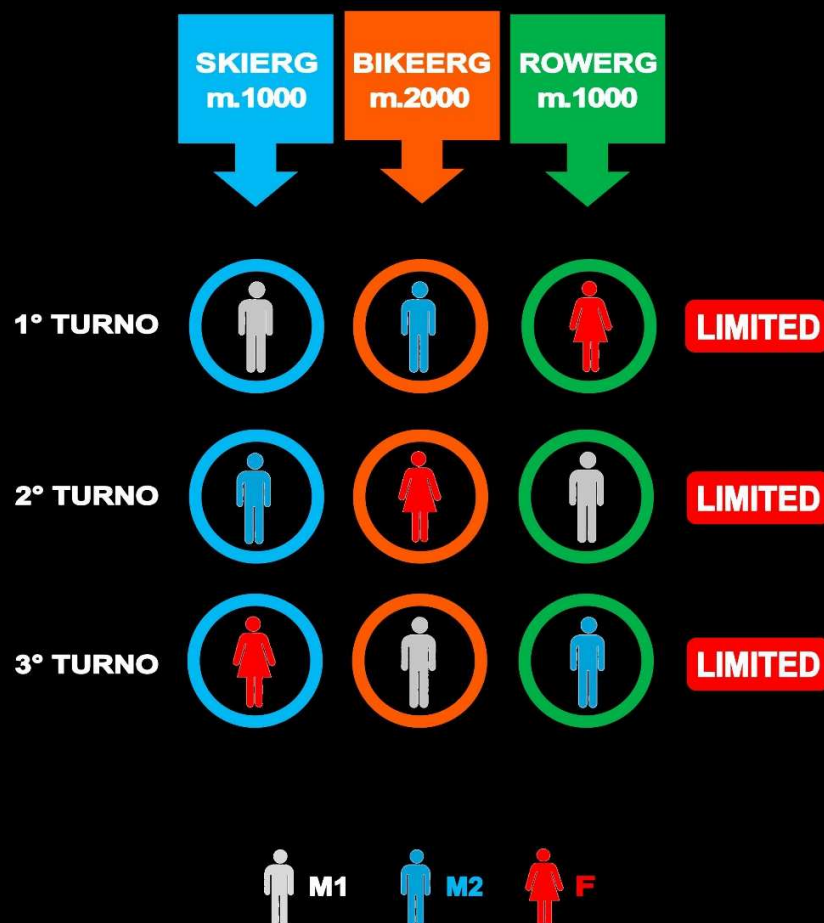
7. **CLASSIFICA e PREMI** - Al termine dell'ultimo turno viene stilata la classifica finale.

INDIVIDUALI M e F: vengono premiati i primi 3 della classifica generale maschile e femminile e il primo/a classificato/a delle categorie 50/59 e Over60.

TEAM: vengono premiati i primi 3 TEAM della classifica generale e il primo TEAM della cat. 150 e della cat. 180.

ERGATHLON SPRINT SHOW'26

FORMAZIONI NEI TRE TURNI DELLA GARA TEAMx3 RELAY



8. **ISCRIZIONI e RITIRI** - Iscrizioni da inviare via e-mail a:

prosport.tn@gmail.com

entro lunedì 09 novembre 2026.

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

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

Eventuali ritiri non sono rimborsabili.

9. **QUOTA DI PARTECIPAZIONE:** Individuale € 30,00 Team € 90,00

Da versare a mezzo bonifico bancario:

IBAN IT97M0830401807000007771228 intestato: "A.S.D. PROSPORT".

Causale: Iscrizione ERGATHLON SPRINT SHOW 2026.

- 10. **DOCUMENTI** - I partecipanti devono essere in possesso di documento di identità e certificato medico sportivo agonistico, entrambi in corso di validità.
- 11. **ACCREDITAMENTO** - L'accREDITamento è previsto dalle ore 8.30 alle ore 9.00 di domenica 22 novembre 2026 presso la sede della competizione Palestra Arcivescovile - ingresso via Giusti n. 15 - Trento (parcheggio interno free). Per i Team l'accREDITamento potrà essere effettuato da un solo elemento in rappresentanza del Team stesso.
N.B. Nel corso della competizione i componenti dello stesso Team dovranno essere riconoscibili ed accomunati dalla stessa divisa di gara. La denominazione del Team dovrà essere composta da massimo 12 caratteri.
- 12. **RISULTATI e CLASSIFICHE** - Risultati finali e classifiche saranno pubblicati su www.prosporttrento.it e sui social dedicati a **ERGATHLON SPRINT SHOW**.
- 13. **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 GDPR 679/2016, 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.

Safeguarding: <https://prosporttrento.it/safeguarding/>

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

a.s.d. Prosport - tel. 0461.985399 e-mail: prosport.tn@gmail.com
cell. 338.3335604 e 338.8504560

Seguici su  **ERGATHLON_SPRINT_SHOW**

