



# 2° PENTAGON ERG NATIONAL CHALLENGE 2025

## REGOLAMENTO

1. **EVENTO** - Challenge nazionale di *ERG Concept2* 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 su *ERG Concept2* in un appassionante confronto dove non mancheranno agonismo, emozioni, adrenalina e colpi di scena. Le 5 prove in programma sono:

### ***STAIR - PROOF - FIGHT - HOLE - THRONG***

L'evento è OPEN aperto a tutti i partecipanti aventi maggiore età. Sono ammessi fino ad un massimo di 48 atleti, 24 per la categoria Maschile e 24 per la categoria Femminile (con priorità per data di iscrizione).

2. **DATA** - domenica 11 maggio 2025 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 *ERG Concept2*, con la sequenza **STAIR - PROOF - FIGHT - HOLE - THRONG**. Al termine di ogni prova verrà stilata una classifica in base alla posizione ottenuta.
6. **FORMULA** - La formula segue il principio “preparo tutto, mi alleno meglio” e prevede che le prime quattro prove siano rese note ai partecipanti dopo la chiusura delle iscrizioni, in particolare mercoledì 30 aprile 2025. La quinta e ultima prova verrà resa nota il giorno della competizione domenica 11 maggio 2025 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 9.30 - Briefing
  - ore 9.45 - Warm up
  - ore 10.00 - **Stair**
  - ore 11.00 - **Proof**
  - ore 11.45 - **Fight**
  - ore 12.45 - **Hole**
  - ore 13.30 - **Throng**
  - ore 14.45 - Premiazioni
8. **MODALITA’ GARA** - Ogni prova di PENTAGON ERG NATIONAL CHALLENGE 2025 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 **Over40 M/F - Over50 M/F e Over60 M/F**. 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 28 aprile 2025.

All'atto dell'iscrizione dovrà essere allegato alla e-mail:

l'apposito modulo debitamente compilato scaricabile dal sito:

[www.prosporttrento.it](http://www.prosporttrento.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.

**Al ricevimento della e-mail di iscrizione l'Organizzazione provvederà a confermare la disponibilità indicando causale e IBAN per effettuare il versamento della quota.**

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE:** individuale € 30,00.

Eventuali ritiri non sono rimborsabili.

11. **DOCUMENTI** - I partecipanti devono essere in possesso di documento di identità e certificato medico sportivo agonistico, entrambi in corso di validità.
12. **ACCREDITAMENTO** - L'accreditamento è previsto dalle ore 8.30 alle ore 9.30 di domenica 11 maggio 2025 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.
13. **RISULTATI e CLASSIFICHE** - Risultati e classifiche saranno pubblicati su [www.prosporttrento.it](http://www.prosporttrento.it) e sul social Instagram **@pentagon\_indoorrowing**.
14. **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.

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

a.s.d. Prosport - tel. 0461.985399 e-mail: [prosport.tn@gmail.com](mailto:prosport.tn@gmail.com)

