

Regolamento per lo svolgimento degli eventi validi ai fini del

GIRO D'ITALIA IN APNEA

VERSIONE 1.9 Marzo 2017
By Apnea Academy Competition

Apnea Academy
Scuola di formazione e ricerca per l'apnea subacquea
COPYRIGHT © Apnea Academy 2010

CON IL PATROCINIO DEGLI ISTRUTTORI APNEA ACADEMY



1 INTRODUZIONE

Il Giro d'Italia in Apnea (GIA) è nato dall'idea e sinergia degli istruttori Apnea Academy e dell'A.S.D. Apnea Academy Competition, associazione sportiva dilettantistica riconosciuta dal CONI, con il patrocinio degli istruttori Apnea Academy e di Apnea Academy Competition.

È costituito da una serie di appuntamenti ed eventi Indoor e Outdoor relativi alla disciplina dell'apnea subacquea.

1.1 SCOPO

Lo scopo del GIA è la promozione e la divulgazione della didattica e della disciplina dell'apnea con intenti di aggregazione, informazione, formazione, scambio e divertimento tra atleti, amatori, brevettati apnea, professionisti e tra tutte quelle figure che circondano le discipline acquatiche.

Per questo motivo è aperto e disponibile alla collaborazione con istituzioni, federazioni, associazioni, enti di promozione sportiva, scuole, università e con professionisti del settore acquatico che ne rispettino le linee guida e lo spirito e regolamenti di seguito riportati.

Lo scopo del progetto GIA si concretizza nell'attivazione su tutto il territorio nazionale ed internazionale di un circuito di eventi di apnea organizzati da Apnea Academy Competition con il patrocinio di Apnea Academy, fruibile da tutti.

È stato eletto prioritario ed insostituibile IL RAPPORTO UMANO e lo SPIRITO POSITIVO, a partire dal rispetto e dalla collaborazione dei componenti del gruppo dell'anello organizzativo, proseguendo con tutti gli altri soggetti che entreranno in contatto con questa nuova realtà.

1.2 APPLICAZIONE DEL REGOLAMENTO

Il presente regolamento si applica a tutti gli eventi previsti dal programma annuale del GIA approvato per ogni anno sociale dal Consiglio Direttivo di Apnea Academy Competition.

1.3 DISCIPLINE RICONOSCIUTE

Le discipline contemplate dal GIA si suddividono in discipline indoor e outdoor, in acque libere (mare o lago):

1.3.1 DISCIPLINE INDOOR

-apnea statica (STA): l'atleta permane con le vie aeree immerse per il maggior tempo possibile

-apnea dinamica con pinne (DYN): l'atleta copre la maggiore distanza possibile in immersione, con l'ausilio di due pinne quale mezzo di propulsione

-apnea dinamica con monopinna (DYM): l'atleta copre la maggiore distanza possibile in immersione, con l'ausilio di una monopinna quale mezzo di propulsione

-apnea dinamica senza attrezzi (DNF): l'atleta copre la maggiore distanza possibile in immersione, senza l'ausilio di attrezzature quali pinne o monopinna o similari

-apnea dinamica in immersione libera (FIO, Free Immersion Orizzontale): l'atleta copre la maggiore distanza possibile in immersione, senza l'ausilio di attrezzature quali pinne, monopinna o similari tirandosi su un cavo orizzontale teso tra i due estremi della vasca

1.3.2 DISCIPLINE OUTDOOR (IN ACQUE LIBERE)

-assetto costante con pinne (CWF): l'atleta raggiunge la massima profondità possibile con l'ausilio di due pinne quale mezzo di propulsione

-assetto costante con monopinna (CWM): l'atleta raggiunge la massima profondità possibile con l'ausilio di una monopinna quale mezzo di propulsione

-assetto costante senza attrezzi (CNF): l'atleta raggiunge la massima profondità possibile senza l'ausilio di attrezzature quali pinne o monopinna o similari

-immersione libera (FIM): l'atleta raggiunge la massima profondità possibile avendo la possibilità di trascinarsi con le mani lungo il cavo guida, sia in discesa che in risalita, senza l'ausilio di attrezzature quali pinne, monopinna o altre

-campanelopetra (CAM): l'atleta raggiunge la massima profondità possibile con l'ausilio di una "petra" vincolata ad una fune.

1.4 ASSETTO VARIABILE

Le discipline di assetto variabile NON sono contemplate nel circuito di gare del GIA.

1.5 RECORD

Al momento non sono previste registrazioni di record secondo gli standard dettati nel presente regolamento.

L'omologazione di record e primati sono di competenza delle federazioni, comitati ed enti di promozione sportiva come disciplinato dal CONI e dal CIO.

2 EVENTI

2.1 RICONOSCIMENTO

La manifestazione sportiva “GIRO D’ITALIA IN APNEA” è organizzata da Apnea Academy Competition direttamente e/o in collaborazione con una o più società sportive. Ogni anno il Consiglio Direttivo di Apnea Academy Competition riceve entro il mese di ottobre la disponibilità di una o più società ed associazioni sportive dilettantistiche che intendono collaborare per l’organizzazione del GIA nell’anno successivo. In base alle disponibilità raccolte il CD di AAC stabilisce per ciascun anno le tappe del GIA e, dunque, l’evento diviene un evento ufficiale del GIA.

Per l’organizzazione di ciascuna tappa AAC e le società sportive collaboratrici devono attenersi al presente regolamento.

2.2 ORGANIZZAZIONE DEGLI EVENTI

Apnea Academy Competition organizza il GIA:

- a) direttamente, assumendone in toto la responsabilità sia in termine di entrate sia in termini di uscite;
- b) singole tappe/eventi in collaborazione con le associazioni e società sportive dilettantistiche che presentano la richiesta nei termini e modi stabiliti nel paragrafo 2.1 del presente regolamento. In questo caso, si procede alla stipula di apposita convenzione per disciplinare ruoli e rapporti e la società acquista la qualifica di Co-organizzatore dell’evento.

Possono presentare domanda di partnership per il GIA le società ed associazioni sportive dilettantistiche che:

- Siano regolarmente iscritte al CONI;
- Abbiano nel proprio oggetto sociale la pratica sportiva dell’APNEA;
- Abbiano sede legale ed operativa nel territorio nazionale

AAC finanzia ciascuna tappa del GIA attraverso proventi istituzionali nella forma delle quote di partecipazione versate da ciascun associato di AAC che partecipa alla tappa, nonché da proventi commerciali nella forma della sponsorizzazione sportiva sia di tipo tecnico sia di tipo economico.

In caso di organizzazione in collaborazione con una o più società ed associazioni sportive la convenzione ha lo scopo di disciplinare:

- Le responsabilità organizzative;
- Le spese e le entrate.

In ogni caso, le entrate sia di natura istituzionale sia di natura commerciale necessarie a sostenere economicamente ciascun evento verranno incassate dall’Ente organizzatore principale cioè AAC, la quale, in caso di imputazione di spese in capo alla società co-organizzatrice della tappa, provvederà a rimborsare i costi direttamente sostenuti dalla stessa dietro presentazione di apposito rendiconto di spese con fatture e ricevute intestate alla società co-organizzatrice.

2.3 CLASSIFICHE DEL GIA

Al termine dell'evento, il CD di AAC aggiorna le classifiche generali del GIA.

Le classifiche di ogni evento saranno pubblicate entro i tempi tecnici necessari sul sito www.apnea-academy.com nella sezione dedicata ad Apnea Academy Competition, unitamente alle classifiche generali del GIA e/o nella pagina FB Apnea Academy Competition dedicata al GIA.

2.4 VALIDAZIONE DELL'EVENTO

AAC validerà l'evento e comunicherà eventuali variazioni all'elenco dei giudici di tappa.

2.5 PARTECIPAZIONE

Possono partecipare al circuito tutti gli associati di AAC che siano in regola con la corresponsione della quota associativa annuale fissata dal CD di AAC, che abbiano assolto agli obblighi previsti dal regolamento associativo di AAC e che abbiano provveduto all'iscrizione alla tappa e corrisposto la relativa quota di partecipazione.

Le iscrizioni alla tappa che sono personali di ciascun atleta, possono, per sole esigenze organizzative, effettuate cumulativamente anche dalle società e associazioni sportive presso le quali gli associati di AAC praticano il corso di apnea.

Per ogni gara saranno stilate delle classifiche per società e la somma dei punti accumulati dalle stesse al termine del circuito annuale permetterà l'assegnazione dei premi.

2.5.1 ISCRIZIONE AI SINGOLI EVENTI

Le iscrizioni ad ogni manifestazione ed evento, come da calendario del GIA visibile nei siti di riferimento:

www.apnea-academy.com

Pagina FB Apnea Academy Competition

dovranno pervenire entro e non oltre 20 giorni prima l'evento programmato, all'indirizzo di AAC.

Le quote di iscrizione per ogni Evento/manifestazione INDOOR sono pari a Euro 20 per ogni atleta, per giornata.

Le quote di iscrizione per ogni Evento/manifestazione OUTDOOR sono pari a Euro 30 per ogni atleta, per giornata.

Tali importi si intendono PER SINGOLO EVENTO e potrebbero subire variazioni se le esigenze organizzative di singole tappe lo richiedessero.

2.6 ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

Tutti gli atleti che si iscrivono agli eventi ufficiali GIA accettano senza condizioni il presente regolamento.

2.7 DOPING

E' proibita l'assunzione di qualunque sostanza dopante, ivi compresa l'inalazione di ossigeno.

2.8 ETA' MINIMA

Tutti gli atleti devono essere maggiorenni.

Gli atleti minori potranno partecipare se accompagnati da un responsabile della propria società delegato dai genitori.

L'età minima per la partecipazione è comunque fissata in anni 14.

2.9 CERTIFICATO MEDICO

Tutti gli atleti, nel rispetto del regolamento associativo di AAC, dovranno esibire, all'atto della registrazione prevista per l'evento, un certificato medico di idoneità all'attività subacquea AGONISTICA.

Gli atleti dovranno comunicare all'organizzazione eventuali trattamenti medici che possono avere ripercussioni su manovre e/o trattamenti di assistenza d'emergenza eventualmente praticate sull'atleta stesso in caso di necessità, cui sono sottoposti al momento della partecipazione.

2.10 PARTECIPAZIONE AGLI EVENTI

2.10.1 PRESENTAZIONE ATLETI

Ogni atleta, o il rappresentante della società, dovrà presentarsi presso il Desk Iscrizioni predisposto dall'organizzazione, con i documenti richiesti di tutti i propri compagni (certif. medico + modulo di iscrizione).

Tutti i partecipanti dovranno essere presenti al Briefing che si terrà con orari e modalità descritte dall'organizzatore sul regolamento particolare (quello che interessa l'evento con precisati gli orari di ritrovo, partenza prove, logistica, hotel, desk, ecc.).

2.10.2 DECISIONI DEI GIUDICI

Le decisioni dei giudici di gara in qualunque ambito dell'evento sono assolutamente inappellabili.

Non è consentito alcun tipo di protesta alle decisioni dei giudici.

Ogni decisione dei giudici dovrà essere recepita dagli atleti e dai loro accompagnatori con il massimo rispetto, pena l'espulsione dell'atleta dall'evento, dal circuito di gare e dal GIA.

Non è previsto alcun tipo di ricorso contro le decisioni dei giudici.

2.10.3 BLACKOUT (Cartellino ROSSO).

Allo scopo di responsabilizzare maggiormente gli atleti e penalizzare equamente le società piccole e grandi, la penalità in caso di blackout viene calcolata come segue:

In caso di blackout, la società rappresentata dall'atleta/i subirà una decurtazione del punteggio complessivo (M/F) della giornata di -30 %. La stessa penalità verrà applicata per ogni cartellino rosso anche per più atleti nella stessa società applicandola sul punteggio complessivo di volta in volta decurtato (es. Società "X" con punteggio complessivo di punti 1200 e due cartellini rossi = $1200 - 30\% = 800 - 30\% = 500$ c.a.).

Fermo restando che la penalità non può essere inferiore a -100 punti.

Inoltre gli atleti in argomento, non potranno partecipare a gare del circuito GIA nel giorno/giorni successivo/i.

La partecipazione alle gare nei gg successivi sarà interdetta anche agli atleti che presentano segni di edema polmonare (ematosi) al termine del tuffo.

L'atleta che nello stesso anno incorre in due cartellini rossi, verrà escluso dalle eventuali tappe successive e sospeso per l'anno alla partecipazione del circuito GIA.

2.10.4 SQUALIFICA INDIVIDUALE (Cartellino ROSSO).

Se l'apneista, uscendo male, evita il blackout per l'intervento dell'assistente, verrà squalificato dalla gara ed il suo punteggio sarà 0. La squadra non riceverà la decurtazione del 30% del punteggio della giornata.

2.10.5 SAMBA e USCITA INCERTA (Cartellino GIALLO).

Con lo scopo di responsabilizzare maggiormente gli atleti, l'uscita incerta e la samba vengono penalizzate con una decurtazione del punteggio dell'atleta in questione, da un minimo del 10% ad un massimo del 50%, ad insindacabile giudizio dei giudici.

2.11 ATTREZZATURA

Ogni partecipante è responsabile della propria attrezzatura.

Ogni partecipante dovrà utilizzare l'attrezzatura in modo che non arrechi danni o lesioni agli altri partecipanti o allo staff.

Se lo staff dovesse individuare problematiche o anomalie nell'attrezzatura ed equipaggiamento di un atleta, lo comunicherà al partecipante stesso invitandolo a rimediare l'inconveniente.

Nel caso non sia possibile rimediare in maniera semplice, l'atleta sarà invitato ad attendere la decisione relativamente alla segnalazione che contemporaneamente sarà sottoposta ai giudici ed all'organizzatore dell'evento.

2.11.1 MUTE E COSTUMI

I partecipanti potranno decidere di partecipare con l'uso del solo costume o con la muta o mutino subacqueo. I costumoni da nuoto sono considerati muta al fine del bonus acquaticità.

2.11.2 ZAVORRE

Ogni zavorra eventualmente impiegata deve consentire il rilascio immediato da parte dell'atleta o la rimozione da parte degli assistenti in caso di necessità o emergenza.

Non è consentito l'impiego di zavorre, altra attrezzatura, equipaggiamento, meccanismi o altro sotto la muta od il costume.

2.11.3 MASCHERE ED OCCHIALINI

È consentito l'uso di qualunque tipo di occhialini o maschera, a patto che le lenti non siano specchiate od oscurate e consentano di vedere chiaramente gli occhi dell'atleta.

Sono da preferire lenti di colore neutro, completamente trasparenti.

2.11.4 TAPPANASO

È consentito l'uso del tappanaso, purché agevolmente rimovibile dagli assistenti in caso di necessità o emergenza.

2.11.5 CAVETTO DI SICUREZZA

Per le discipline di profondità è obbligatorio il vincolo al cavo guida tramite un cavetto di sicurezza, assicurato **ESCLUSIVAMENTE** ad un polso o ad un'imbracatura sulla schiena, questo per garantire una corretta posizione del corpo in caso di recupero dell'apneista tramite il sistema di sicurezza Lulù.

Questi dispositivi di sicurezza sono fornito dall'organizzazione, eventuale materiale personale deve prima essere approvato dai giudici.

Il cavo che collega il moschettone al bracciale/gancio per la cintura deve essere in materiale non elastico, di lunghezza compresa tra i 50 ed i 150cm, inoltre non deve formare nodi.

È da preferire l'acciaio multifilo.

2.11.6 SPECIFICHE RIGUARDANTI LE PROVE DI CAMPANELOPETRA

Nelle prove di tuffo con la campanelopetra l'atleta dovrà immergersi con il solo costume.

Non è consentito l'impiego di muta, maschera od occhialini.

Le uniche attrezzature consentite sono il tappanaso, soggetto alle indicazioni di cui sopra ed l cavetto di sicurezza, obbligatorio.

2.11.7 Dispositivi musicali

NON è consentito l'uso di apparecchiature musicali (cuffiette o altro) durante la gara in tutte le discipline.

3 LA PRESTAZIONE

3.1 REGOLE COMUNI A TUTTE LE DISCIPLINE

L'atleta durante la prova e durante l'uscita non può essere aiutato o sorretto, pena l'annullamento della prova.

Prima della partenza l'atleta può essere assistito dal proprio coach o da chi ne fa le veci. Il coach può parlare e toccare l'atleta fino all'OT.

Solo nella statica il coach può toccare l'atleta anche durante la prova ma mai dopo l'emersione e fino al termine del protocollo di uscita, durante il quale può però parlare all'atleta.

In caso di infrazione, la prova non sarà ritenuta valida (cartellino ROSSO individuale).

3.1.1 REGOLE COMUNI: ORDINE DI PARTENZA

Ciascun atleta, all'atto dell'iscrizione alla gara tramite modulo di iscrizione che deve pervenire all'organizzazione almeno 20 giorni prima dell'evento (il modulo iscrizione riporterà i termini esatti), dichiara la prestazione attesa in ciascuna disciplina di gara.

L'ordine di partenza sarà stabilito dall'elenco delle performance dichiarate, stilato in ordine crescente.

Nelle discipline di profondità, al fine di aumentare la sicurezza dei subacquei di assistenza, l'ordine di partenza sarà stabilito dall'elenco delle performance dichiarate, stilato in ordine decrescente.

Qualora due o più atleti dichiarassero la stessa distanza/tempo/profondità, tra questi sarà sorteggiato l'ordine di partenza.

3.1.2 REGOLE COMUNI: OFFICIAL TOP

In funzione dell'ordine di partenza stabilito come sopra, sarà assegnato a ciascun atleta un orario di inizio prova (Official Top, OT), tassativo salvo differenti necessità organizzative.

3.1.3 REGOLE COMUNI: PREPARAZIONE

L'atleta dovrà presentarsi 40 minuti prima dell'OT nell'apposito campo di riscaldamento.

3.1.4 REGOLE COMUNI: RISCALDAMENTO

Agli atleti è consentito l'ingresso nel campo di riscaldamento predisposto dall'organizzazione (se disponibile) 30 minuti prima del rispettivo OT.

3.1.5 REGOLE COMUNI: CHIAMATA DELL'ATLETA

Non prima dei 3 minuti precedenti l'OT, ed in ogni caso dopo il termine della prova dell'atleta precedente, l'atleta sarà chiamato per l'ingresso nel campo di gara e sarà quindi scandito da parte dei giudici il countdown per la partenza, con le seguenti indicazioni: 3'-2'-1'30"-1'- 30"-20"-10"-5"-4"-3"-2"-1"- OFFICIAL TOP-1"-2"-3"-4"-5"-6"-7"-8"-9"-10"-20"-25"-26"-27"-28"-29"-30".

L'atleta può iniziare la sua prova soltanto DOPO la chiamata dell'OT ed entro i 20 secondi successivi a questa.

In caso di partenza dopo i 20 secondi e fino ai 30 secondi verranno assegnate delle penalità pari a 5 punti per ogni secondo di ritardo (Cartellino GIALLO)

In caso di partenza dopo i 30 secondi la prova sarà considerata nulla (Cartellino ROSSO individuale).

Penalità assegnate in caso di partenza precedente all'OT sono indicate nei paragrafi relativi a Punteggi e Penalità (Cartellino GIALLO).

3.2 SICUREZZA DELL'ATLETA

I giudici, gli assistenti alla sicurezza, il coach, potranno e dovranno sorreggere od aiutare l'atleta allo scopo di prevenire eventuali infortuni.

In caso di intervento la prova sarà invalidata (cartellino ROSSO individuale).

PROTOCOLLO DI USCITA

Di seguito sono fornite tutte le indicazioni relative al protocollo di uscita, che dovrà essere svolto correttamente nella sua interezza al termine di ogni prestazione in gara.

La verifica della corretta applicazione del protocollo è affidata ai giudici, il cui riscontro in merito, come già definito, non potrà essere contestato, né oggetto di appello o ricorso alcuno.

Il presente protocollo si applica a tutte le discipline siano esse indoor o outdoor.

3.3 PROTOCOLLO DI USCITA: CONSIDERAZIONI SULL'USCITA DALL'APNEA

Considerata la grande importanza rivestita della corretta ripresa della ventilazione dopo un'apnea, il protocollo di uscita consiste di SOLI GESTI, non è prevista alcuna comunicazione verbale da parte dell'atleta nei confronti dei giudici.

3.4 PROTOCOLLO DI USCITA: DETTAGLI

Dopo l'uscita, l'atleta si sorreggerà autonomamente al bordo vasca o ad altra attrezzatura galleggiante predisposta dall'organizzazione e fornita prontamente dall'assistente di sicurezza.

L'atleta ha quindi a disposizione 15 secondi di tempo per:

-togliere la maschera o gli occhialini e/o il tappanaso (indifferente la sequenza)

-rivolgere ai giudici un segno di OK con una mano

Il tempo sarà calcolato alla riemersione delle vie aeree, quindi saranno scanditi i 10" al termine del protocollo, i 5" al termine, 4", 3", 2", 1" ed il termine del protocollo.

Immediatamente dopo il termine del protocollo, l'atleta dovrà restare sotto l'osservazione dei giudici per altri 15", senza uscire dall'acqua, ventilando opportunamente.

Se durante i complessivi 30" sopra descritti l'atleta darà segni di samba o blackout, la prova sarà invalidata e si conteggeranno le penalità previste dal regolamento, anche se il protocollo è stato svolto correttamente.

3.5 PROTOCOLLO DI USCITA: VIE AEREE

Dopo la riemersione e per tutta la durata del protocollo, l'atleta non dovrà immergere nuovamente le vie aeree, il quale gesto sarà considerata una parziale perdita di conoscenza (blackout), quindi causa di invalidità della prova (cartellino ROSSO Blackout)

3.6 PROTOCOLLO DI USCITA: ESITO DELLA PROVA

Al termine del protocollo, i giudici comunicano all'atleta la validità o meno della prestazione.

I giudici utilizzeranno un cartellino bianco per comunicare l'esito positivo della prestazione ed un cartellino rosso per comunicarne invece l'esito negativo.

I giudici presenteranno invece un cartellino giallo nel caso in cui la prova sia valida ma soggetta a penalità relative ad errori od infrazioni commesse dall'atleta in fase di partenza o durante la prova.

In nessun caso è prevista la contestazione od il reclamo circa l'esito della prestazione.

Al segnale dei giudici l'atleta potrà abbandonare il campo della prova.

3.7 PROTOCOLLO DI USCITA: PENALITA' (comune a tutte le discipline)

Ad insindacabile giudizio dei giudici, anche a seguito di un corretto protocollo di uscita, a fronte di un evidente stato di difficoltà dell'atleta verrà assegnata una penalità che può variare da un minimo del -10% ad un massimo del -50% da applicare sul punteggio determinato dalla prestazione. (Cartellino GIALLO).

3.8 GIUDIZIO SOSPESO

In caso di indecisione dei giudici di gara sulla prova effettuata, il giudizio potrà essere emesso successivamente, dopo consulto di tutta la giuria.

REGOLAMENTI DI DISCIPLINA

3.9 REGOLAMENTO DI DISCIPLINA: APNEA STATICA

3.9.1 PROVE DI APNEA STATICA: CAMPI GARA

Le prove di apnea statica si svolgono in una piscina di profondità ridotta, all'interno della quale vengono ricavati uno o più campi gara delimitati, di grandezza minima 3m x 3m.

Il numero e la disposizione dei campi gara sono definiti dall'organizzazione dell'evento, in accordo con i giudici.

L'organizzazione può inoltre prevedere uno o più campi di preparazione, dove gli atleti possono trascorrere i minuti precedenti la chiamata.

3.9.2 PROVE DI APNEA STATICA: INIZIO DELLA PROVA

L'inizio della prova di apnea statica avviene come da protocollo comune precedentemente descritto, il tempo per la misura della prestazione viene fatto iniziare dal momento in cui l'atleta immerge il viso in acqua.

Nel caso in cui l'atleta immerga le vie aeree prima dell'OT, il tempo sarà rilevato a partire dall'OT stesso.

3.9.3 PROVE DI APNEA STATICA: SVOLGIMENTO

L'atleta dovrà rimanere con il viso completamente immerso nell'acqua per tutta la durata della prova, non è consentita l'emersione anche parziale dello stesso, il quale fatto comporterà l'interruzione della prova ed il computo del punteggio in funzione del tempo rilevato in quel momento.

3.9.4 PROVE DI APNEA STATICA: ASSISTENZA

All'interno del campo gara potrà essere presente, oltre all'atleta, l'assistente messo a disposizione dell'organizzazione ed eventualmente l'allenatore o istruttore (in ogni caso una sola persona di staff non appartenente all'organizzazione).

Nel primo caso i tocchi di verifica sicurezza saranno eseguiti come di seguito:

- 1 tocco un minuto prima del tempo dichiarato;
- 1 tocco 30 secondi prima del tempo dichiarato
- 1 tocco al tempo dichiarato
- 1 tocco ogni 15 secondi dopo il tempo dichiarato

Se l'assistenza è effettuata dall'allenatore o istruttore il tocco sarà libero, ferma restando la possibilità per i giudici di richiedere una verifica in qualunque momento.

L'intervento dell'assistente avviene su richiesta o segnalazione di uno o più giudici o, qualora lo ritenga necessario, di propria iniziativa.

L'intervento di salvamento rende non valida la prova.

Non sono previsti appelli o ricorsi in merito alle decisioni e/o richieste dei giudici.

3.10 REGOLAMENTO DI DISCIPLINA: APNEA DINAMICA

3.10.1 PROVE DI APNEA DINAMICA: CAMPI GARA

Le prove di apnea dinamica si svolgono in una piscina di lunghezza non inferiore a 25 mt a seconda della struttura a disposizione.

Sono da preferire le piscine di lunghezza 50m per le prove con attrezzatura e le piscine da 25m per le prove senza attrezzatura, sono inoltre da preferire le strutture con profondità uniforme.

L'organizzazione predispone la struttura in funzione delle proprie esigenze, in accordo con i giudici.

Le corsie riservate per le gare sono preferibilmente le due esterne (bordo vasca), previa approvazione da parte del Direttivo AAC, del sistema di assistenza garantito dall'organizzazione, possono essere previsti ulteriori campi gara.

Vanno comunque sempre previste delle corsie per il riscaldamento degli atleti.

Gli assistenti in acqua sono minimo uno per corsia in vasche da 25 mt e minimo 2 per corsia in vasche da 50 mt.

3.10.2 PROVE DI APNEA DINAMICA: CAMPI GARA SPECIALITA' FIO

Per la specialità FIO, nel campo gara opportunamente predisposto per le gare di apnea dinamica si tende un cavo tra i due estremi della piscina, parallelo alla superficie dell'acqua.

Il cavo deve essere sufficientemente teso da garantire una trazione immediata all'atleta.

La distanza minima del cavo dal fondo deve essere di 50cm, la profondità minima 1m. Sono ammesse variazioni lungo l'estensione del cavo, a condizione che siano garantite la trazione da parte dell'atleta e le distanze minime indicate.

È opportuno da parte dell'organizzazione testare la tensione del cavo ed eventualmente regolarla prima di ogni prova, eventualmente su richiesta dell'atleta. Non saranno ammesse contestazioni in merito.

3.10.3 PROVE DI APNEA DINAMICA: INIZIO DELLA PROVA

L'atleta inizierà la propria prestazione in piedi su apposito appoggio posizionato sul fondo della vasca, a ridosso della parete di partenza, o con i piedi a contatto con il pavimento della vasca stessa, qualora la profondità della piscina lo consentisse.

È consentito partire sfruttando lo slancio con i piedi dal bordo vasca o per immersione entro tre metri dal bordo vasca. A tal fine sarà sistemato in superficie un nastro a delimitazione di tale distanza, entro il quale le vie aeree dell'atleta dovranno essere completamente immerse, pena la nullità della prova.

3.10.4 PROVE DI APNEA DINAMICA: SVOLGIMENTO

L'atleta dovrà mantenere il corpo completamente immerso per tutta la durata della prova. Eventuali affioramenti del corpo o dell'attrezzatura non saranno penalizzati, ma incideranno negativamente sulla valutazione tecnica dei giudici.

3.10.5 PROVE DI APNEA DINAMICA: VIRATE

Le virate devono essere eseguite con contatto della mano o di almeno un piede alla parete della vasca presso la quale si esegue la virata.

Il mancato tocco della parete da parte dell'atleta in occasione di ciascuna virata sarà penalizzato dai giudici in funzione di quanto previsto dal paragrafo “Penalità”.

3.10.6 PROVE DI APNEA DINAMICA: ASSISTENZA

Ciascun atleta sarà seguito durante la prova da due apneisti di sicurezza muniti di tavoletta ed equipaggiati con pinne, maschera e boccaglio, con competenze di salvamento.

I due assistenti copriranno ciascuno metà vasca seguendo l'atleta da una distanza tale da non recare disturbo alla prestazione e contemporaneamente consentire un pronto intervento in caso di necessità o pericolo.

L'intervento dell'assistente avviene su richiesta o segnalazione di uno o più giudici o, qualora lo ritenga necessario, di propria iniziativa.

L'intervento di salvamento rende non valida la prova.

Non sono previsti appelli o ricorsi in merito a tali decisioni e/o ricorrenze.

3.10.7 PROVE DI APNEA DINAMICA: IMMERSIONE LIBERA ORIZZONTALE

Per le prove di immersione libera orizzontale si applicano le medesime indicazioni esplicitate per l'apnea dinamica.

L'atleta è invitato, prima della prova, a saggiare la tensione del cavo ed eventualmente richiederne la correzione. Non saranno pertanto ammessi reclami in merito al termine della prova.

3.11 REGOLAMENTO DI DISCIPLINA: APNEA PROFONDA

3.11.1 PROVE DI APNEA PROFONDA: ASSEGNAZIONE CARTELLINI

Prima dell'inizio delle prove, l'organizzazione provvederà a consegnare a ciascun atleta un cartellino riportante il nome dello stesso e la profondità dichiarata.

In presenza della telecamera che conferma il raggiungimento del piattello da parte dell'atleta, il Giudice, può autorizzare il non utilizzo del cartellino testimone.

3.11.2 PROVE DI APNEA PROFONDA: PRELIMINARI

L'atleta dovrà presentarsi 40 minuti prima dell'Official Top in prossimità dell'apposito campo di riscaldamento. Al campo di riscaldamento, prima di effettuare qualsiasi apnea o manovra, dovrà qualificarsi all'assistente con apposito cartellino al responsabile del campo di riscaldamento. Il partecipante dovrà attenersi alle indicazioni dell'assistente responsabile.

3.11.3 PROVE DI APNEA PROFONDA: CAMPI GARA

Le prove di apnea profonda si svolgono su un cavo guida calato in acqua, opportunamente zavorrato per garantire che sia sufficientemente teso e verticale.

Sono da preferire funi di diametro pari o superiore agli 8mm.

La zona di partenza del campo gara sarà delimitata da galleggianti a tracciare un quadrato di 5 metri di lato, all'interno del quale è consentita la presenza esclusivamente dell'atleta, dell'assistente atleta eventualmente messo a disposizione dell'organizzazione e del giudice, oltre ad eventuali altri assistenti di profondità.

In tutti i casi chi fa assistenza dovrà attenersi alle richieste insindacabili dei giudici.

Non è ammessa la presenza di altre persone non appartenenti all'organizzazione nel campo gara.

I campi gara saranno quanti stabiliti dall'organizzatore in accordo con i giudici.

3.11.4 PROVE DI APNEA PROFONDA: INIZIO DELLA PROVA

L'atleta sarà vincolato dall'assistente, tramite cavetto di sicurezza, al cavo guida. Il cavetto di sicurezza è obbligatorio, in nessun caso è consentita agli atleti la discesa privi di tale accorgimento, pena la squalifica immediata.

A seguire l'atleta stesso consegnerà, se previsto, il cartellino di profondità al Giudice, che provvederà al posizionamento dello stesso sul piattello di profondità.

L'atleta inizierà quindi la prova immergendosi nei tempi previsti dal proprio Official Top.

Per tutta la durata del tuffo, l'atleta non può essere toccato da assistenti o giudici o altre persone, pena la nullità della prova.

3.11.5 PROVE DI APNEA PROFONDA: SVOLGIMENTO

L'atleta compie la propria discesa lungo il cavo guida fino al piattello posto alla profondità dichiarata.

Nel caso in cui la discesa non sia portata a termine, ma si concluda prima della profondità dichiarata, saranno applicate le penalità previste dal regolamento.

Il cavo guida può essere toccato senza limitazioni, ma è vietato afferrarlo e/o tirarsi lungo di esso od effettuare altre manovre, pena la nullità della prova.

È altresì vietato interrompere la discesa per più di 5 secondi, pena la nullità della prova.

3.11.6 PROVE DI APNEA PROFONDA: GIRATA SUL FONDO

Giunto in prossimità del piattello, l'atleta recupererà, se previsto, il proprio cartellino ovvero toccherà il piattello ed inizierà la risalita.

In questa circostanza e solo per una volta, all'atleta è consentito afferrare il cavo guida per effettuare la girata ed aiutarsi nello stacco dal fondo.

Non sono consentite pause o soste sul piattello superiori ai 5 secondi, pena la nullità della prova e l'attivazione automatica del sistema di sicurezza seguita dalla procedura di assistenza di emergenza e dalla procedura sanitaria di emergenza previste dal regolamento.

3.11.7 PROVE DI APNEA PROFONDA: RISALITA

L'atleta compie la propria risalita lungo il cavo guida fino alla superficie.

La risalita non potrà essere interrotta per più di 5 secondi pena l'annullamento della prova e l'attivazione automatica del sistema di sicurezza seguita dalla procedura di assistenza di emergenza e dalla procedura sanitaria di emergenza previste dal regolamento.

3.11.8 PROVE DI APNEA PROFONDA: RIEMERSIONE

La prova sarà considerata terminata quando il partecipante riaffiora con le prime vie respiratorie e completa la procedura prevista dal protocollo di uscita già descritto.

Al termine dell'apnea l'atleta si potrà sostenere toccando solo il cavo guida o galleggiante predisposto, dovrà pensare solo a ventilare, non dovrà parlare con nessuno né essere toccato o sostenuto dagli assistenti, giudici o staff di superficie né tanto meno dal suo eventuale allenatore/istruttore/accompagnatore.

Dal momento della riemersione dovrà essere eseguito e completato correttamente il protocollo di uscita, come previsto dal regolamento.

Al segnale dei giudici l'atleta potrà abbandonare il campo della prova.

3.11.9 PROVE DI APNEA PROFONDA: SICUREZZA NEI TUFFI

Tutti gli atleti dovranno immergersi se e solo se correttamente vincolati al cavo guida con un cavetto di sicurezza.

3.11.9.1 PROVE DI APNEA PROFONDA: SICUREZZA NEI TUFFI DA ZERO A 30 METRI

L'assistenza sarà garantita da uno staff di istruttori AA che seguiranno ogni atleta durante il tuffo.

3.11.9.2 PROVE DI APNEA PROFONDA: SICUREZZA NEI TUFFI OLTRE I 30 METRI

L'assistenza sarà garantita da uno staff di istruttori AA che seguiranno ogni atleta durante il tuffo e la prova si svolgerà obbligatoriamente sulla nuova piattaforma di sicurezza AAC.

3.11.9.3 PROVE DI APNEA PROFONDA: SICUREZZA NEI TUFFI OLTRE I 40 METRI

Ogni atleta, in caso di tuffo oltre i 40 mt deve dichiarare il tempo del tuffo.

Nel caso di guasto tecnico del sistema o altro evento, che comporti la perdita del contatto visivo con l'atleta e se lo stesso non appare nel campo visivo degli assistenti in acqua entro il tempo dichiarato, verrà attivato il dispositivo di recupero.

3.12 REGOLAMENTO DI DISCIPLINA: CAMPANELOPETRA

Per le prove di campanelopetra si applicano le medesime indicazioni esplicitate per l'assetto costante, salvo ove diversamente indicato.

3.12.1 CAMPANELOPETRA: CAMPO DI GARA

L'atleta dovrà partire da una zattera o imbarcazione che permetta e agevoli il tuffo con la pietra.

La zona di partenza deve avere una l'altezza non superiore ai 70 cm dall'acqua.

3.12.2 CAMPANELOPETRA: PREPARAZIONE

L'atleta potrà decidere se prepararsi seduto oppure in piedi. In entrambi i casi la preparazione avviene tenendo in mano la pietra, con il cavo tenuto in posizione dall'assistente (Kolauseris), sopra la spalla dell'atleta.

3.12.3 CAMPANELOPETRA: INIZIO DELLA PROVA

L'atleta dovrà tuffarsi a testa in giù con in mano la pietra.

3.12.4 CAMPANELOPETRA: SVOLGIMENTO

La pietra potrà essere usata con destrezza per cambiare velocità e traiettoria di discesa.

In superficie il Kolauseris dovrà accompagnare il cavo ed iniziare a salparlo al termine della discesa.

3.12.5 CAMPANELOPETRA: RISALITA

La risalita deve avvenire con l'atleta che afferra con le mani il cavo ed i piedi appoggiati sulla pietra. Il Kolauseris continuerà a salpare l'atleta in superficie fino alla sua riemersione.

3.12.6 CAMPANELOPETRA: RIEMERSIONE

Le procedure di emersione ed il protocollo di uscita sono i medesimi previsti per le prove di assetto costante.

3.12.7 CAMPANELOPETRA: SICUREZZA

Come per le prove di assetto costante, è d'obbligo il vincolo al cavo guida tramite cavetto di sicurezza.

4 PUNTEGGI

Il GIA è un circuito di gare per società, basato sulle discipline precedentemente elencate.

4.1 STRUTTURAZIONE DELLA GARA

Nel caso si rendesse necessario ai fini organizzativi, o se predisposto dall'organizzazione, è possibile organizzare l'evento includendo batterie di qualificazione e successiva finale, oppure semplicemente una finale diretta.

4.2 CONDIZIONI DI GARA

L'organizzazione dovrà garantire condizioni di gara simili per tutti gli atleti, minimizzando le differenze, ove possibile.

4.3 MISURAZIONE DELLE PRESTAZIONI

Le prestazioni saranno misurate in:

- ♣ SECONDI con arrotondamento al secondo per l'apnea statica
- ♣ METRI con arrotondamento per difetto al decimetro per tutte le discipline di apnea dinamica
- ♣ METRI con arrotondamento per difetto al metro per tutte le discipline di profondità
- ♣ VALUTAZIONE TECNICA sugli aspetti:
 - assetto e postura
 - virata (discipline indoor) / girata sul fondo (discipline di profondità)
 - pinne / tecnica di avanzamento senza attrezzi / manovra della campanelopetra
 - Bonus acquaticità

4.3.1 COEFFICIENTI DI CONVERSIONE DEI PUNTEGGI

Ogni prestazione sarà convertita in punteggio utile in ragione dei seguenti coefficienti, che moltiplicano l'unità di misura della prestazione:

- ♣ apnea statica (STA): $0,35 \cdot \text{secondi trascorsi in apnea}$
- ♣ apnea dinamica con pinne (DYN): $1,20 \cdot \text{metri percorsi}$
- ♣ apnea dinamica con monopinna (DYM): $1,00 \cdot \text{metri percorsi}$
- ♣ apnea dinamica senza attrezzi (DNF): $1,30 \cdot \text{metri percorsi}$
- ♣ apnea dinamica orizzontale (FIO): $1,10 \cdot \text{metri percorsi}$
- ♣ assetto costante con pinne (CWF): $3,6 \cdot \text{profondità raggiunta in metri}$
- ♣ assetto costante con monopinna (CWM): $3,2 \cdot \text{profondità raggiunta in metri}$
- ♣ assetto costante senza attrezzi (CNF): $4 \cdot \text{profondità raggiunta in metri}$
- ♣ assetto costante immersione libera (FIM): $3,1 \cdot \text{profondità raggiunta in metri}$
- ♣ campanelopetra (CAM): $3,8 \cdot \text{profondità raggiunta in metri}$

4.3.2 NULLITA' DELLA PROVA

La prova viene annullata:

- ⤴ in caso di immersione oltre i 30" dopo l'OT
- ⤴ in caso di errori, omissioni o non completamento del protocollo di uscita
- ⤴ in caso di intervento degli assistenti

4.3.3 PENALITA'

Ogni prestazione è soggetta alle penalità di seguito descritte.

4.3.3.1 APNEA STATICA (STA)

- ⤴ in caso di immersione prima della chiamata dell'OT, il tempo viene rilevato a partire dall'OT

4.3.3.2 APNEA DINAMICA (DYN, DYM, DNF, FIO)

- ⤴ Viene ridotto del 5 % il punteggio raggiunto in caso di partenza prima dell'OT (cartellino GIALLO)
- ⤴ vengono sottratti dalla distanza percorsa, 5 metri per ogni virata effettuata senza contatto di una parte del corpo con il muro (cartellino GIALLO) purché l'atleta abbia superato la "T" in caso contrario la misura valida sarà quella effettuata fino al punto di virata.
- ⤴ successivamente alla virata, la misura che intercorre dalla parete al punto di emersione delle vie aeree viene computata solo se maggiore di 2 mt

4.3.3.3 ASSETTO COSTANTE (CWF, CWM, CNF)

- ⤴ Viene ridotto del 5 % il punteggio raggiunto in caso di partenza prima dell'OT (cartellino GIALLO)
- ⤴ Viene ridotto del 5 % il punteggio raggiunto in caso di mancata restituzione del cartellino testimone (cartellino GIALLO) e la misura sarà determinata dalla lettura del profondimetro in dotazione.
- ⤴ In caso di partenza anticipata e mancata restituzione del cartellino il punteggio verrà ridotto del 10%.
- ⤴ In caso di mancato raggiungimento della profondità dichiarata, oltre alla penalità per mancata restituzione del cartellino testimone, verranno detratti punti pari ai metri mancati (es. dichiarati 50 mt e raggiunti 40 mt con la mono : $40 \times 3,2(\text{coeff}) = 128 - 10 = 118$ punti) e la misura sarà determinata dalla lettura del profondimetro in dotazione.

La prova viene inoltre annullata:

- ⤴ nel caso in cui l'atleta (nelle prove di CWF, CWM e CNF) si aiuti durante la discesa o la risalita tirandosi a braccia sul cavo (cartellino rosso individuale).

4.3.3.4 IMMERSIONE LIBERA (FIM)

- ⤴ Viene ridotto del 5 % il punteggio raggiunto in caso di partenza prima dell'OT (cartellino GIALLO)
- ⤴ Viene ridotto del 5 % il punteggio raggiunto in caso di mancata restituzione del cartellino testimone (cartellino GIALLO) e la misura sarà determinata dalla lettura del profondimetro in dotazione.
- ⤴ In caso di partenza anticipata e mancata restituzione del cartellino il punteggio verrà ridotto del 10%

- ⤴ In caso di mancato raggiungimento della profondità dichiarata, oltre alla penalità per mancata restituzione del cartellino testimone, verranno detratti punti pari ai metri mancati
- ⤴ Durante la prova l'atleta NON PUO' INDOSSARE ATTREZZATURA AI PIEDI, salvo diversa disposizione dei giudici di gara relativa alle condizioni meteo-marine del momento.

4.3.3.5 CAMPANELOPETRA

- ⤴ Viene ridotto del 5 % il punteggio raggiunto in caso di partenza prima dell'OT (cartellino GIALLO)
- ⤴ La profondità raggiunta viene determinata dalla lettura del profondimetro in dotazione.

La prova viene inoltre annullata:

- ⤴ nei casi in cui l'atleta non esegua il tuffo secondo i criteri stabiliti per la discesa e la risalita (es. lasciando la pietra durante la discesa, non afferrandosi al cavo e/o non appoggiandosi con i piedi alla pietra durante la risalita)
- ⤴ nei casi in cui il Kolauseris non sia in grado di salpare completamente il cavo

4.4 VALUTAZIONE TECNICA DELLA PRESTAZIONE

Alla prestazione vengono assegnati, tramite insindacabile valutazione da parte dei giudici, punteggi relativi alla tecnica mostrata dall'atleta.

L'istruttore accompagnatore è invitato a seguire lo staff giudici e partecipa alla valutazione dei giudici. La decisione dei giudici è comunque insindacabile e rispettata e sostenuta dell'istruttore accompagnatore.

I punteggi assegnati vengono aggiunti al punteggio della prestazione e concorrono al punteggio complessivo della prestazione, inoltre costituiscono anche una classifica a parte.

I punteggi tecnici sono anche evidenziati separatamente nelle classifiche, affinché ogni atleta possa prenderne atto ed avere un riscontro diretto del proprio progresso tecnico; tali punteggi determinano anche la separata classifica basata sulla media ottenuta da ogni singola società (somma dei punteggi dei singoli atleti diviso in numero degli stessi M e F unitamente) e, a discrezione dell'organizzazione, vengono premiati o ricevono una specifica menzione.

Il giudice, al termine della prestazione, assegna i punteggi tecnici in collaborazione con gli assistenti e ne discute brevemente con l'atleta, per fornire un riscontro immediato.

4.4.1 VALUTAZIONE TECNICA SU ASSETTO E POSTURA

Il giudice assegna da 1 a 5 stelline all'assetto (orizzontalità o verticalità, a seconda della disciplina) e la postura (posizione di testa e corpo, aspetto rilassato).

4.4.2 VALUTAZIONE TECNICA SU VIRATA O GIRATA SUL FONDO

Il giudice assegna da 1 a 5 stelline all'esecuzione delle virate (discipline indoor) o della girata sul fondo (discipline di profondità).

4.4.3 VALUTAZIONE TECNICA SULL'AVANZAMENTO IN ACQUA

Il giudice assegna da 1 a 5 stelline alla tecnica mostrata dall'atleta per l'impiego delle attrezzature (pinne, monopinna o campanelopetra) o del corpo (discipline senza attrezzature) ai fini dell'efficace ed efficiente avanzamento in acqua.

4.4.4 1 Stellina = 1 punto

4.4.5 VALUTAZIONE TECNICA – BONUS ACQUATICITA'

Ai fini della valutazione tecnica, nelle prove di dinamica, ogni atleta parte con un bonus di 15 punti che saranno detratti a seconda che:

- L'atleta indossa muta o mutino = - 5 punti
- L'atleta utilizza la maschera (ok occhialini) = - 5 punti
- L'atleta utilizza lo stringinaso = - 5 punti
- L'atleta utilizza la zavorra = - 5 punti

Nell'Assetto Costante non è previsto il bonus.

4.4.6 APNEA STATICA

Per la disciplina dell'apnea non sono previsti la valutazione tecnica e il bonus.

4.5 COMPOSIZIONE DELLE SOCIETA' IN GARA E CATEGORIE ATLETI

Ogni società può presentare un numero illimitato di atleti.

4.5.1 COMPOSIZIONE DELLE SQUADRE: ISTRUTTORI DI APNEA

Il GIA è dedicato in via prioritaria agli allievi ed ai principianti, è altresì consentita la partecipazione agli istruttori e da parte dei componenti lo staff Giudici e del Direttivo AAC.

4.6 PUNTEGGI FINALI

Ai fini del punteggio delle singole società, valido per la singola gara, sarà calcolata la somma dei punteggi ottenuti dai singoli atleti, compresa la valutazione tecnica, ottenuti in ciascuna disciplina. Tale somma rappresenterà il punteggio della società nella disciplina considerata.

Nelle tappe con più giornate di gara, concorrono al punteggio complessivo tutti i migliori punteggi individuali di discipline/specialità diverse. (es. 2 gg di gare con statica e dinamica si sommano i due punteggi; 4 gg di gare assetto costante si sommano i migliori punteggi di **specialità diverse**)

La somma dei punteggi di ogni società rappresenta il punteggio complessivo dell'evento per la società e concorre alla graduatoria finale del GIA dell'anno in corso.

Nella classifica generale, la società che ha ottenuto la migliore valutazione tecnica ad ogni evento, sarà identificata con una stella.

4.6.1 COEFFICIENTI DI DISCIPLINA

Ai punteggi vanno applicati i coefficienti di disciplina al fine di rendere tutte le discipline confrontabili. Ad esempio: il coefficiente riferito alle "due pinne" per le discipline con attrezzi ha lo scopo di parametrare la prestazione a quella ottenuta con la monopinna, o con il FIO e la Rana.

4.7 CLASSIFICHE DELL'EVENTO

In ciascun evento sono previste le seguenti classifiche:

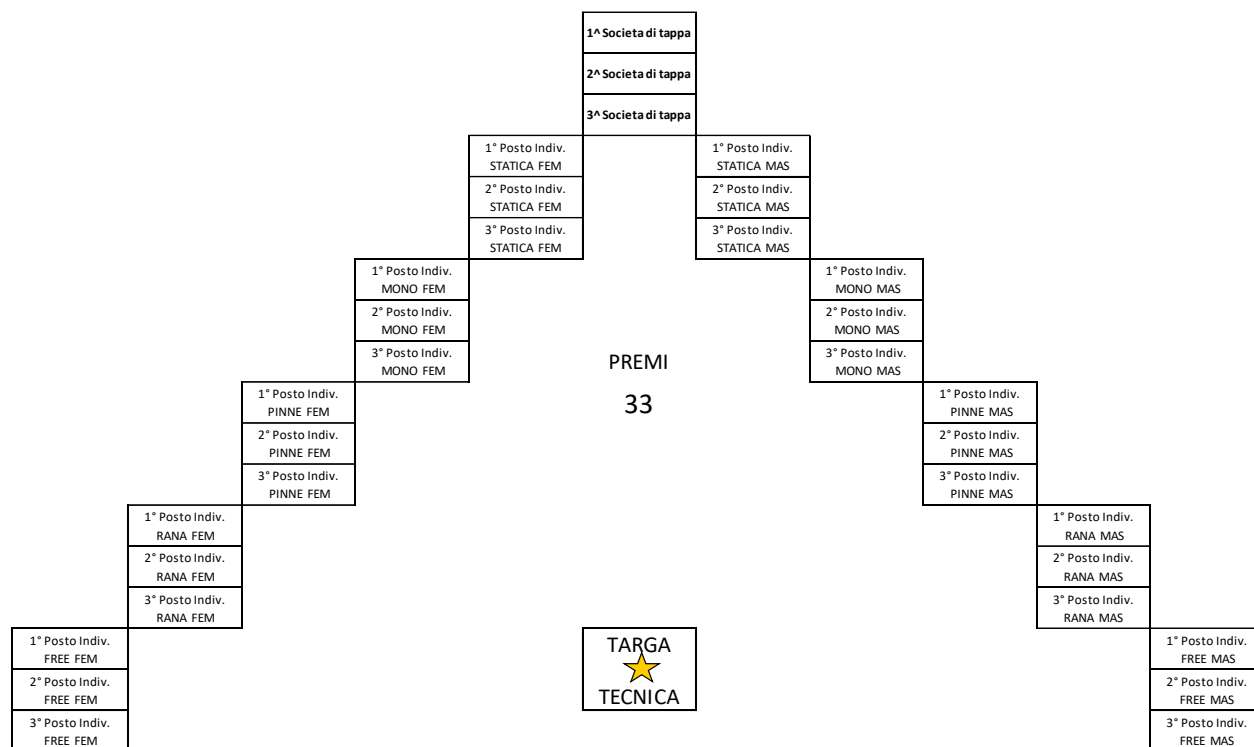
-classifica per società generale dell'evento

-classifica per le migliori singole prestazioni individuali (per specialità e con distinzione tra maschile e femminile) Sono premiate le prime tre posizioni.

Eventuali ulteriori premiazioni sono a discrezione dell'organizzazione.

Per la classifica relativa alla valutazione tecnica è prevista una stampa su supporto.

Riassumendo:



4.8 ASSEGNAZIONE DEL GIRO D'ITALIA IN APNEA

Al termine della stagione agonistica, viene assegnato il Premio GIA per la stagione appena conclusa, con i criteri di seguito elencati.

4.8.1 ASSEGNAZIONE DEL GIRO D'ITALIA IN APNEA PER SOCIETA'

Ai fini dell'assegnazione del GIA per società, verranno sommati tutti i punteggi totalizzati dagli atleti di ciascuna società nelle varie gare durante l'anno.

Sono previsti almeno 3 trofei per le prime posizioni delle 3 categorie, i trofei sono a carico dell'organizzazione della tappa finale.

In occasione della tappa finale vengo inoltre premiati, a cura del Direttivo AAC, i primi 3 atleti M/F che hanno cumulato il maggior punteggio individuale nell'anno.