

# VI TROFEO NAZIONALE LILT DRAGON BOAT

Palermo 22-23 giugno 2024

## PROGRAMMA EVENTO





## LA LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

La Lega Italiana per la Lotta Contro i Tumori (LILT) è l'unico Ente Pubblico su base associativa con sede a Roma, vigilato dal Ministero della Salute, articolato in 106 Associazioni Provinciali.

I punti di forza della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori infatti sono rappresentati dai circa 400 ambulatori dislocati su tutto il territorio nazionale e dai volontari al servizio della comunità. Le 106 Associazioni Provinciali LILT, pur essendo organismi autonomi, perseguono le suddette finalità operando nel quadro degli atti di indirizzo ed avvisi emanati dalla Sede Centrale LILT.

La LILT nel perseguimento dei suoi scopi sociali si occupa di:

### Prevenzione Primaria

La prevenzione primaria è il primo passo per difendere la propria salute. Corretta alimentazione, attività fisica, non fumare, non abusare di alcol, rappresentano i principi di uno stile di vita più sano, che ci permette di vivere meglio e più a lungo.

La finalità è quella di sensibilizzare la cittadinanza verso la cultura della prevenzione, che è l'arma più efficace per sconfiggere i tumori, attraverso: campagne informative, pubblicazioni di opuscoli, educazione sanitaria, interventi nelle scuole, organizzazione e realizzazione di eventi nazionali e locali con attività e visite gratuite per gli utenti (Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica, Giornata Mondiale senza Tabacco, Nastro Rosa, Percorso Azzurro).

### Prevenzione Secondaria

Prevenzione secondaria vuol dire diagnosi precoce. La LILT offre la possibilità di un consulto professionale e specializzato, nonché la di eseguire visite mediche, esami diagnostici ed altre prestazioni ambulatoriali nel pieno rispetto della privacy e della dignità degli utenti che ne fanno richiesta e del malato oncologico.

### Prevenzione Terziaria

Prevenzione terziaria vuol dire riabilitazione e sostegno socio-psicologico del malato oncologico.

La LILT di Palermo è da sempre impegnata per costruire attorno al malato oncologico una rete di solidarietà, per garantirgli tutto il sostegno, l'ascolto e la serenità possibili, attraverso una corretta informazione e numerosi servizi di assistenza e consulenza.



La LILT Associazione Provinciale di Palermo APS nasce negli anni '80, come formazione di assistenza per le visite mediche di controllo e la riabilitazione psico-funzionale di donne operate al seno e si consolida con atto pubblico nel 1998. Ad oggi è un punto di riferimento sul territorio per le attività ambulatoriali di prevenzione oncologica e di riabilitazione psicofisica e sociale di pazienti oncologici e familiari con particolare specializzazione nel recupero psicofisico delle donne operate di tumore al seno, anche attraverso la pratica del dragon boat, disciplina sportiva scopertasi efficacissima nella cura del linfedema. La LILT di Palermo promuove anche attività di ricerca scientifica, nella formazione di volontari e professionisti e nell'organizzazione di eventi e di campagne di raccolta fondi, per diffondere la cultura della prevenzione oncologica.

Il Trofeo Nazionale di Dragon Boat LILT è una iniziativa unica di prevenzione e di riabilitazione, permette la condivisione tra donne che hanno vinto la malattia di momenti di attività fisica e di emozioni ed esperienze, favorendo il reinserimento sociale e familiare attraverso il sostegno reciproco. La manifestazione ha carattere nazionale ed è rivolta alle squadre Breast Cancer Paddlers (BCP) LILT che hanno subito un'operazione per tumore al seno e praticano la disciplina del Dragon Boat, comprese quelle che si avvalgono di Supporter (donne non operate) all'interno dell'equipaggio.

Nella cura della Donna con esiti post-chirurgici per tumore al seno la Fisioterapia ha come obiettivo generale quello di recuperare una qualità di vita compromessa, e come obiettivi specifici quelli di prevenire e/o ridurre l'entità del linfedema e le eventuali complicanze, di recuperare le autonomie, di valorizzare le risorse della Donna nell'autogestione delle cure.

La spinta alla ricerca scientifica degli ultimi anni e le esperienze maturare sul campo, hanno dato luogo alla messa a punto di procedure di valutazione e di trattamento fisioterapico del linfedema più efficaci che nel passato, affinando via via, tempistiche modalità ed intensità di trattamento. I risultati in ambito fisioterapico si integrano con quelli ottenuti dalla pratica del Dragon Boat.

La letteratura scientifica internazionale, fin dal 1996, testimonia l'efficacia del Dragon Boat ad integrazione delle cure delle Donne operate di tumore al seno.

Il dott. Donald Machenzie, medico canadese del Dipartimento di medicina dello sport di Vancouver, (A Breast in a Boat – a race against breast cancer JAMC 25 AOUT 1998; 159 (4) 1998 Canadian Medical Association) scelse il Dragon Boat (DB) come compendio degli esercizi da prescrivere alle donne operate al seno:

- È un'attività intensa e ripetitiva che coinvolge il tronco e l'arto superiore, con un effetto "pompa" sul linfedema;
- È sicuro, non è pesante come la corsa, è perciò associato a un basso rischio di danni all'apparato muscolo-scheletrico e cardio-muscolare;
- Può favorire un graduale recupero della forza e dell'articolarietà dell'arto superiore;



- Favorisce un maggior controllo posturale, propriocettivo e cinestetico neurocognitivo;
- Può indurre un graduale adattamento allo sforzo dell'apparato cardiovascolare;
- L'attività può variare da un minimo a un massimo impegno, regolandone la frequenza, la durata, il tipo di lavoro, e l'intensità; è un lavoro di gruppo, di squadra, crea armonia e vicinanza, benefici sul piano fisico, emozionale, sociale, familiare e spirituale;
- Proietta un messaggio visibile a tutte le donne con cancro al seno. Il Dragon Boat è un approccio per promuovere la salute e la consapevolezza delle proprie risorse, incoraggia le donne ad avere una vita piena e attiva e ciò fa la differenza, è un messaggio che arriva a diversi livelli culturali;
- Partecipare all'attività del Dragon Boat diminuisce lo stress e aiuta ad affrontare meglio la vita!



## INTRODUZIONE DEL REFERENTE NAZIONALE LILT

---

### Dott.ssa Anna Maria De Cave

Siamo giunti al VI TROFEO DRAGON BOAT LILT, che quest'anno viene svolto a Palermo, organizzato dalla LILT di Palermo.

Anche Palermo si colora di rosa, colore di nascita, colore della VITA!

Donne per le donne, quindi, con quella straordinaria capacità di coesione e di solidarietà che le donne riescono ad esprimere nei momenti di difficoltà.

È questa l'idea-guida che ha portato il nostro Presidente Nazionale, Prof. Francesco Schittulli, a voler svolgere ogni anno, in città diverse, il TROFEO DRAGON BOAT LILT, che sottende al lavoro di ogni squadra e lo mantiene in vita pur nella transitorietà della permanenza delle singole donne all'interno della squadra stessa. Proprio questa transitorietà nella continuità rende del resto ragione dell'esistenza delle squadre, la cui funzione è rivolta al sostegno del "giorno dopo" della donna operata al seno.

L'attività delle squadre rosa di dragon boat non è però solo attività di sostegno, ma diviene in virtù della sua stessa esistenza strumento di speranza e di prevenzione. Le donne operate (BCP) che si muovono all'interno del Movimento Rosa Dragon Boat sono testimoni di questa speranza, ma anche di una filosofia del rispetto e dell'attenzione per sé e per il proprio corpo, per una integrità psico-fisica essenziale affinché le donne possano continuare a svolgere il proprio ruolo propulsivo e propositivo all'interno della società.



## **SALUTO DEL PRESIDENTE LILT PALERMO APS**

---

### **Dott.ssa Francesca Glorioso**

La LILT di Palermo accoglie il VI Trofeo di Dragon Boat con orgoglio; pensare al nostro mare che si tinge di rosa ci riempie di gioia.

La nostra squadra, le Aquile Rosa LILT Palermo, nata nel 2017, negli ultimi anni si è arricchita di partecipanti fino a 52 tra BCP e Supporter, un successo che non avremmo mai immaginato.

Esserci, per le donne che hanno sconfitto la malattia o che ogni giorno la combattono e anche per tutte coloro che credono fermamente nell'importanza della prevenzione oncologica, è uno dei risultati più importanti che realizziamo con le attività della LILT a Palermo.

Abbiamo voluto con forza portare questo evento nella nostra città e volontari e dragonesse si sono adoperate instancabilmente, ogni giorno, per offrire ad atlete e accompagnatori un momento di condivisione memorabile.

Ringrazio il Prof. Francesco Schittulli, Presidente LILT, per avere creduto in noi e avere dato alla nostra Associazione Provinciale questa opportunità e Anna Maria De Cave per averci guidate e sostenute. Ringrazio le Aquile Rosa perché sono per me esempio di vita e fonte di grande gioia e perché senza loro tutto questo non sarebbe mai accaduto.

In Sicilia ogni momento di condivisione è un'occasione per festeggiare e questa volta festeggiamo la vita, festeggiamo le donne, festeggiamo la LILT e lo facciamo insieme!

## DESCRIZIONE DELLA MANIFESTAZIONE

### DATA EVENTO

**Inizio:** sabato 22 giugno 2024

**Termine:** domenica 23 giugno 2024

### SEDE DELL'EVENTO

Palermo, Area Foro Italico, porto e specchio d'acqua antistante

Attività sportive e servizi verranno realizzati nei seguenti siti:

Nautoscopia, P.za Capitaneria di Porto  
Parco della Salute, Foro Italico Umberto I, 1  
Società Canottieri Palermo, Via Cala, 34  
Palermo Cruise Terminal, Molo Vittorio Veneto al Porto

### OBIETTIVI DA PERSEGUIRE

Il Trofeo Nazionale LILT Dragon Boat è un evento celebrativo che la LILT organizza ogni anno e dedica alle atlete in rosa. È un momento in cui le Dragonesse di tutta Italia si uniscono per celebrare la vita di tutte coloro che lottano ogni giorno contro la malattia o che l'hanno sconfitta e nel ricordo di tante altre donne che non ci sono più.

Attraverso l'attività di Dragon Boat si promuove la riabilitazione biopsicosociale delle donne operate di tumore al seno e la prevenzione del linfedema e delle recidive.

### TIPOLOGIA DELLA MANIFESTAZIONE

La manifestazione ha carattere nazionale ed è rivolta alle squadre LILT di donne che hanno subito un'operazione per tumore al seno e praticano la disciplina del Dragon Boat.

Possono partecipare anche tutte le squadre Breast Cancer Paddlers (BCP) che praticano il Dragon Boat sull'intero territorio nazionale, ivi comprese le squadre che si avvalgono di Supporter (donne non operate) all'interno dell'equipaggio.

Sarà dedicata agli equipaggi misti (BCP + Supporter) una speciale gara e relativa classifica.

Gli equipaggi potranno avvalersi sia di timonieri che di tamburini non BCP.



## CRONOPROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE

### SABATO 22 GIUGNO

**Dalle 09:30 alle 11:00:** Accoglienza e accreditamento dei delegati del Capitano presso il Parco della Salute.

**Ore 10:00:** Riunione delle capitane con la Responsabile Nazionale Dott.ssa Anna Maria De Cave ed i Giudici Arbitri presso la Club House della Società Canottieri di Palermo.

**Ore 11:00:** Trasferimento al Nautoscopio e prova del tracciato di gara nello specchio di mare antistante.

**Ore 12:30:** Light lunch presso il Nautoscopio.

**Ore 14:00 – 15:30:** Prova del tracciato di gara nello specchio di mare antistante alla spiaggia del Nautoscopio

**Ore 16:00:** Trasferimento nei propri Hotel con bus-navetta o mezzi propri

**Ore 19:30:** “Cena in Rosa” presso il Palermo Cruise Terminal con aperitivo di benvenuto e saluto delle autorità, del Presidente Nazionale LILT e del Presidente FIDB.

### DOMENICA 23 GIUGNO

**Dalle 8:30:** Trasferimento con bus navetta o propri mezzi dagli hotel al Campo di Gara e successiva preparazione degli equipaggi.

**Ore 9:00:** Batterie di gara, nel tratto di mare antistante il Nautoscopio con partenza dalla spiaggia.

**Ore 12:00:** Finale per le due categorie.

**Ore 12:30:** Cerimonia dei Fiori.

**Ore 13:00:** Light Lunch e chiusura ufficiale della manifestazione, a cura del Presidente Nazionale LILT, Prof. Francesco Schittulli, e degli Organizzatori.

Al termine verranno effettuate le premiazioni presso il palco allestito sotto l’opera d’arte Nautoscopio.

### ORGANIZZAZIONE

Organizzano l’evento la LILT di Palermo, Presidente Dott.ssa Francesca Glorioso, in collaborazione con il Comune di Palermo. Supportano per l’organizzazione tecnica la Società Canottieri Palermo e il Mediterraneo Yatching Club e per la logistica e i servizi il Nautoscopio e il Parco della Salute.





## CONTRIBUTI ORGANIZZATIVI

Contribuiscono, inoltre, all'organizzazione generale della manifestazione i soggetti istituzionali e privati che forniscono supporto economico, logistico e materiale, necessari alla realizzazione del Trofeo Nazionale LILT Dragon Boat. L'adesione di tali soggetti sarà comunicata nel corso dello sviluppo organizzativo dell'evento.

## ISCRIZIONE

La partecipazione alla Manifestazione è libera e gratuita per BCP, Supporter pagaianti, Allenatori, Tamburini e Timonieri in quanto non è previsto il pagamento di iscrizione o altro, mentre per le Supporter non pagaianti è prevista una quota di euro 50,00 e per gli accompagnatori una quota di euro 100,00 (comprendente light lunch e cena del sabato e light lunch della domenica). L'iscrizione avverrà tramite modello allegato alla presente e ogni atleta e/o accompagnatore accreditato avrà un braccialetto di riconoscimento, da indossare obbligatoriamente per la partecipazione alle attività del Trofeo, compreso i pasti. In fase di iscrizione dovranno anche essere inviati tutti i certificati medici delle atlete, pena l'esclusione dal Trofeo, e le taglie per le magliette celebrative dell'evento. È richiesto anche l'invio del logo della squadra e della LILT di appartenenza in vettoriale, di una foto in alta risoluzione, in formato pdf o png (per stampa 50X70cm), e una breve storia/presentazione della squadra (max 1.000 battute spazi inclusi).

## ALLEGATI

Allegato 1: Bando di Gara

Allegato 2: Logistica e Indicazioni Stradali

Allegato 3: Moduli di iscrizione Manifestazione

Allegato 4: Codice di Regata

Allegato 5: LISTA B&B Palermo VI Trofeo Nazionale LILT Dragon Boat



## BANDO DI GARA

### TIPO IMBARCAZIONI

Dragon Boat standard da 20 posti, numerati con un tabellone verticale posto a prua; il numero dell'imbarcazione indica anche la corsia in cui gareggia la barca.

### DATE

22-23 giugno 2024

### CAMPO DI GARA

Campo di regata a 3 corsie, larghe 12 metri, con linee di partenza e arrivo poste perpendicolarmente al percorso di gara. Il campo gara sarà delimitato da boe alla partenza, al traguardo dei 200 metri e alla fine.

La gara si svolge in mare aperto, Mare Tirreno – Palermo

### LE REGOLE GARA

Le regole del "VI Trofeo Nazionale di Dragon Boat LILT" sono indicate nel Codice di Regata allegato al presente bando e, per quanto non previsto, secondo i regolamenti nazionali FIDB e sotto la direzione di un Direttore di Gara nominato dall'Organizzazione.

Il cronometraggio sarà a cura del Comitato Organizzatore e del personale arbitrale.

### PERCORSI

Standard 200 metri, batterie cronometrate e finale a scontro diretto.

### CATEGORIE

Breast Cancer Paddlers (BCP) ed equipaggi misti. Per equipaggi misti (12+8) si intendono equipaggi

## **Allegato 1 – BANDO DI GARA**

di Brest Cancer Paddlers (BCP) e Supporter, queste ultime non possono superare il numero di 8. Le gare di tali equipaggi verranno svolte secondo le medesime regole degli equipaggi BCP, ma comporteranno classifica separata.

### PROGRAMMA GARE

Il programma delle gare sarà predisposto in relazione al numero delle iscrizioni e comunicato in sede di riunione Capitani.

### RIUNIONE CAPITANI

La riunione delle capitane coordinata dal Capitano della squadra delle Aquile Rosa di Palermo, la Responsabile Nazionale Dott.ssa Anna Maria De Cave ed i Giudici Arbitri, si terrà sabato 22 giugno alle ore 10:00, presso la Club House della Società Canottieri di Palermo.

### ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere inviate entro giorno 19 aprile 2024, utilizzando il modulo allegato alla presente, via mail ad entrambi i seguenti indirizzi:

*palermo@lilt.it* e *aquilerosaliltpalermo@gmail.com*

*Eventuali modifiche al numero ed ai nominativi delle partecipanti devono essere comunicate max 10 giorni prima dell'evento agli indirizzi mail di cui sopra.*

*Quanto dovuto da supporter non pagaianti (50,00 euro) e accompagnatori ed accompagnatrici (100,00 euro) dovrà essere versato al momento dell'iscrizione al conto corrente bancario con le seguenti coordinate:*

Banca Unicredit

Intestazione: LILT Palermo

IBAN: IT 59 T 02008 04616 000300055584

Causale: Partecipazione Trofeo Dragon boat Palermo 2024 (specificare nome squadra e se Supporter non pagaiante o accompagnatore)

**L'ORGANIZZAZIONE SI RISERVA DI CHIUDERE ANTICIPATAMENTE LE ISCRIZIONI AL RAGGIUNGIMENTO DEL LIMITE DI ADESIONI PREVISTO.**

## LOGISTICA ED INDICAZIONI STRADALI

### ALBERGHI, B&B E APPARTAMENTI

Per il soggiorno è possibile rivolgersi alle strutture indicate nel documento allegato al presente bando.

Le prenotazioni dovranno essere fatte direttamente dalle partecipanti per sé stesse e per gli accompagnatori. La quota e le modalità di erogazione di anticipo e saldo andranno concordate direttamente con la struttura scelta.

### IL CAMPO DI GARA

L'evento si svolgerà nello specchio d'acqua davanti al Nautoscopio, situato in P.za Capitaneria di Porto, Palermo.

Nelle strade adiacenti al campo gara il parcheggio per i mezzi di trasporto è libero; per la zona sottoposta a ZTL, centro storico della città, è possibile acquistare il pass giornaliero online che deve essere sempre attivato. Non è sufficiente, infatti, la semplice operazione di acquisto per autorizzarne l'effettivo consumo.

Le modalità di attivazione, possono avvenire:

- 1) con invio di un SMS al numero 3399942927 trascrivendo "ztl targa codice attivazione"
- 2) tramite APP PalerMobilità
- 3) ONLINE: nella home page ZTL cliccando su "Comunicazione utilizzo Pass giornaliero (già acquistato online)

La Cerimonia dei Fiori si svolgerà nello specchio d'acqua davanti al Parco della Salute.

La base organizzativa è situata presso il Parco della Salute, sito in Foro Umberto I (accanto al Nautoscopio), Palermo.

## LUOGHI DEL TROFEO

### PARCO DELLA SALUTE



“Il Parco della Salute” presso il Foro Italico di Palermo rappresenta una realtà di natura sociale, aperta alla collettività tutta, che intende riqualificare una porzione di costa urbana attribuendole la funzione di area verde attrezzata.

La finalità ultima dell’iniziativa, avviata con successo in altre città d’Italia e d’Europa, è quella della diffusione presso la collettività della cultura di stili di vita sani, di promozione dell’attività motoria, della vita attiva all’aria aperta e della tutela ambientale.

Il Parco della Salute è un centro aggregativo che prevede lo svolgimento di attività ed eventi divulgativi, l'erogazione di servizi di assistenza socio-sanitaria, screening e parametri del Ben-Essere per soggetti sani o che vivono o hanno vissuto una condizione di malattia o di fragilità.

### NAUTOSCOPIO



Tra il Foro Italico e la Cala, in quella che era una discarica poi bonificata e riaperta come spiaggia, nel 2009 è stato installato il Nautoscopio, un’opera d’architettura contemporanea di Giuseppe Amato, che l’ha concepita come osservatorio sul mare e sulle navi ed è la prima di una serie di Case d’Artista o Unexpected Homes. Un rifugio che sale, scende e ruota. Di giorno è rivolto verso l’orizzonte, di notte ruota su sé stesso per inquadrare il vulcano in eruzione. Con il mare piatto si abbassa quasi a pelo d’acqua, durante la tempesta si solleva fino a quindici metri di altezza.

## ALLEGATO 3 - MODULI DI ISCRIZIONE MANIFESTAZIONE

NAUTO è il locale che sorge attorno alla ormai famosa “spiaggia ritrovata, bonificata e restituita nel 2014 finalmente ai palermitani grazie all’opera di 4 appassionati imprenditori. Da giugno a settembre il NAUTO è ormai diventato quindi il punto di riferimento dell’estate palermitana, per chi ama un intrattenimento culturale di qualità, ma anche, sia di giorno che di sera, per chi ama stare “semplicemente” in un suggestivo luogo di incontro, sorseggiando un buon drink o mangiando dell’eccellente street food.

### PALERMO CRUISE TERMINAL



Il Palermo Cruise Terminal si trova sul molo Vittorio Veneto, è realizzato sullo scheletro dell’antica stazione marittima del 1950 e firmata dall’architetto Salvatore Caronia Roberti. La struttura è rimasta immutata, quello che è cambiato è tutto l’allestimento interno, che lo rende un terminal in linea con le esigenze di mercato di oggi e un bar e un ristorante tra terzo e quarto piano.

Nel 2017 la nuova governance portuale aveva ereditato una stazione marittima in stato di abbandono: una struttura fatiscente, sequestrata, su una banchina a sua volta sequestrata nel 2015 dalla procura di Palermo per problemi di stabilità, e con un contenzioso in atto con la ditta che stava eseguendo i lavori. Risolto il contenzioso e riaperto il cantiere a fine 2018, oggi il porto di Palermo si ritrova con un moderno terminal crociere al costo di circa 40 milioni di euro. La riqualificazione del terminal crociere di Palermo è anche la riqualificazione dell’area.

## TRASPORTI

Per raggiungere la città, zona centro storico/cala/stazione centrale, dall’aeroporto di Palermo.

### **BUS**

Le fermate dell’autobus per tutte le destinazioni si trovano uscendo dal terminal (piano terra – Hall Arrivi) a destra e sono ben indicate dalle tabelle di riferimento. La compagnia che opera su Palermo è Prestia e Comandè, telefono 091 586351, sito internet [www.prestiaecomande.it](http://www.prestiaecomande.it). I biglietti sono acquistabili online, al desk della hall arrivi dell’aeroporto, oppure a bordo del Bus.

### **TAXI e TAXI SHARING**

Il servizio Taxi dall’aeroporto è attivo all’uscita dell’Area Arrivi in concomitanza con l’orario di arrivo dei voli. All’esterno dell’area arrivi è, inoltre, presente un desk informazioni TAXI. I numeri telefonici di riferimento sono:

## ALLEGATO 3 - MODULI DI ISCRIZIONE MANIFESTAZIONE

Coop. Trinacria: +39 091-225455 +39 091 6878  
Coop. Autoradio taxi: +39 091-513311 +39 091 8481

Presso la zona Arrivi, sono ubicati 2 stalli per le autovetture che effettuano il servizio di taxi sharing. Il servizio è fornito da:

Cooperativa Trinacria prenotazioni: [www.6878.it/taxi-sharin](http://www.6878.it/taxi-sharin) o Whatsapp 331-4296956  
Cooperativa Autoradio Taxi: [www.taxi-palermo.com/taxi-sharing-palermo](http://www.taxi-palermo.com/taxi-sharing-palermo), oppure 091-8481 oppure Whatsapp 331-3284403.

### **TRENO**

La stazione ferroviaria si trova al piano interrato del Terminal. Per informazioni, orari e costi fare riferimento al sito [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com)

### **PER GLI SPOSTAMENTI IN CITTÀ**

I trasporti al campo di gara ed ai luoghi della manifestazione saranno garantiti ad atlete ed accompagnatori con bus navetta messi a disposizione dal Comitato Organizzatore oltre che ai pullman propri.

### **EVENTI CORRELATI**

E' possibile partecipare ad attività culturali, fuori dagli orari di allenamenti e gare, su prenotazione, tra i quali:

- Visita orto botanico
- Tour della città
- Passeggiate a tema (enogastronomica, letteraria...)

Orari, modalità di prenotazione e costi saranno comunicati nella chat apposita del Trofeo che verrà creata a conclusione delle iscrizioni della squadre partecipanti.

### **CONTATTI UTILI COMITATO ORGANIZZATORE**

Maria Letizia Scianna, telefono 3462282210, [aquilerosaliltpalermo@gmail.com](mailto:aquilerosaliltpalermo@gmail.com)  
Letizia Davì, telefono 3202603378, [info@liltpalermo.it](mailto:info@liltpalermo.it)  
Melania Lo Bello, telefono 3240842020, [info@liltpalermo.it](mailto:info@liltpalermo.it)

## MODULO DI ISCRIZIONE

Da inviare tramite email ad entrambi i seguenti indirizzi entro il **19 aprile 2024**:

[palermo@lilt.it](mailto:palermo@lilt.it) e [aquilerosaliltpalermo@gmail.com](mailto:aquilerosaliltpalermo@gmail.com)

### STANDARD (20 POSTI) BOATS BCP

SQUADRA

Capitano \_\_\_\_\_

Tamburino \_\_\_\_\_ Timoniere \_\_\_\_\_

01		01	
02		02	
03		03	
04		04	
05		05	
06		06	
07		07	
08		08	
09		09	
10		10	
Riserve			
11		11	
12		12	

Data \_\_\_\_\_



Firma Capitano \_\_\_\_\_ Firma Team Manager \_\_\_\_\_

## MODULO DI ISCRIZIONE

*Da inviare tramite email ad entrambi i seguenti indirizzi entro il 19 aprile 2024:*

*palermo@lilt.it e aquilerosaliltpalermo@gmail.com*

### STANDARD (20 POSTI) BOATS BCP + SUPPORTERS

SQUADRA
---------

Capitano \_\_\_\_\_

Tamburino \_\_\_\_\_ Timoniere \_\_\_\_\_

01		01	
02		02	
03		03	
04		04	
05		05	
06		06	
07		07	
08		08	
09		09	
10		10	
Riserie			
11		11	
12		12	

Firma Capitano \_\_\_\_\_ Firma Team Manager \_\_\_\_\_

## MODULO DI PARTECIPAZIONE

Da inviare tramite email ad entrambi i seguenti indirizzi entro il 19 aprile 2024:

*palermo@lilt.it e aquilerosaliltpalermo@gmail.com*

### ACCOMPAGNATORI (MAX 3 PER SQUADRA)

SQUADRA
---------

Capitano \_\_\_\_\_

01	
02	
03	

Firma Capitano \_\_\_\_\_ Firma Team Manager \_\_\_\_\_

## CODICE DI REGATA

1. La gara prevista non è valida per le classifiche nazionali e internazionali. Le batterie di gara si svolgeranno sulla distanza di metri 200. Il cronometraggio e la direzione di gara saranno a cura della Società Canottieri Palermo e della FIDB.
2. Il programma delle gare sarà predisposto in relazione al numero delle iscrizioni e comunicato in sede di riunione Capitani. In sede di riunione tecnica dei capitani, a seconda delle esigenze, verranno definiti gli eventuali equipaggi misti tra squadre per le squadre che non riescano a garantire il numero di 21 atlete (20+tamburino).
3. Batterie da 3 barche, a seconda delle condizioni meteo, di corrente e in funzione del numero di partecipanti.
4. Si ritiene valida la partecipazione anche di atlete operate non iscritte alle Associazioni LILT, di atlete Supporter (“equipaggi misti” come da Bando di Gara) e timonieri e tamburini non operati.
5. Tutte le partecipanti alle gare dovranno inderogabilmente essere in regola con la certificazione medico sportiva per attività agonistica Dragon Boat o Canoa, di ciò sarà personalmente responsabile il capitano dei singoli equipaggi che ha il dovere di non ammettere nell’equipaggio chi non è in regola con le norme di legge in materia di certificazione medico/sportiva agonistica. Il certificato andrà presentato al momento dell’iscrizione, pena l’ammissione al Trofeo.
6. Il termine di chiusura delle iscrizioni è fissato per giovedì 19 aprile 2024. Dovranno essere effettuate compilando l’apposito modulo allegato al presente bando ed inviandolo via mail agli indirizzi palermo@lilt.it e aquilerosaliltpalermo@gmail.com.
7. Eventuali modifiche al numero ed ai nominativi delle partecipanti devono essere comunicati max 10 giorni prima dell’evento agli indirizzi mail di cui sopra.
8. Trofei LILT saranno consegnati all’equipaggio BCP vincitore ed agli equipaggi secondo e terzo classificato ed agli equipaggi MISTI primo, secondo e terzo classificati. A tutti partecipanti saranno consegnati maglie e pacco gara.
9. I servizi di assistenza in acqua, a terra e per il soccorso sanitario previsti per la manifestazione iniziano trenta minuti prima della prima gara e terminano trenta minuti dopo la fine dell’evento. Saranno inoltre garantiti in fase di prova tracciato. Sarà presente un’imbarcazione apposita vicina al campo gara.
10. Tutti i componenti degli equipaggi devono indossare il corpetto galleggiante salvagente. E’ personale responsabilità del capitano della squadra assicurarsi di ciò. Gli equipaggi competono a loro rischio e pericolo durante le gare. Il capitano e i responsabili della squadra dovranno accertarsi che tutti i membri dell’equipaggio:

#### ALLEGATO 4 – CODICE DI REGATA

- siano vestiti in maniera idonea secondo le condizioni del tempo, dell'acqua e delle condizioni di gara
  - sappiano muoversi nell'acqua nuotando per la meno 50m metri con gli indumenti di gara bagnati e senza aiuto
  - siano informati sugli argomenti relativi alla sicurezza contenuti in questo codice di gara.
11. Gli equipaggi che partecipano devono indossare le maglie sociali durante le gare e durante le premiazioni. Sono ammesse scritte pubblicitarie sulle divise.
  12. L'organizzazione mette a disposizione le imbarcazioni per tutte le partecipanti. Gli equipaggi sono autorizzati ad usare le loro pagaie, di qualunque materiale, purché conformi ai Regolamenti ed ai Codici nazionali FIDB.
  13. Disposizioni generali: per quanto non contemplato nel presente bando valgono le disposizioni dei Codici di Gara Nazionali, del Regolamento Organizzativo delle Regate Nazionali FIDB e del regolamento BCP.