

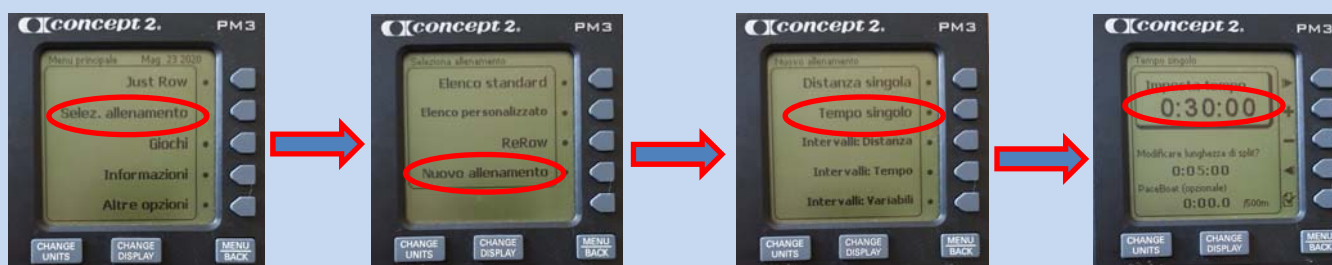
Formula: Ogni vogatore/vogatrice gareggerà sul remoergometro Concept2 per il tempo di 30' (trenta minuti) percorrendo **PIÙ METRI POSSIBILI**, video-registrando con lo smartphone in modalità TIMELAPSE o HYPERLAPSE (modalità per video accelerati di eventi lunghi) l'intera propria gara.

ATTENZIONE Ogni interruzione della video-registrazione, che testimonierà l'affidabilità della propria gara, sarà invalidante per la gara stessa ed escluderà senza prova d'appello il concorrente. Nessun ricorso sarà ritenuto valido.

La video-registrazione deve essere unica, dall'impostazione del tempo (30') sul monitor e fino all'inquadratura di nuovo dello stesso alla fine del 30 minuti di gara, secondo le specificità sottoesposte.

Impostazione del REMOERGOMETRO: Utilizzare un remoergometro Concept2 statico. Non è consentito l'utilizzo delle SLIDE. L'impostazione del Drag è libero. Il monitor dovrà essere settato a trenta minuti (30:00) in modalità "TEMPO SINGOLO" con il seguente processo:

Selezione allenamento > Nuovo allenamento > Tempo singolo > Impostare trenta minuti "00:30:00" > Flaggare per chiudere



Impostazione dello SMARTPHONE: Lo smartphone dovrà essere **impostato** in modalità **"TIMELAPSE oppure HYPERLAPSE"** e dove dotato, sarà utile impostare una velocità di registrazione video in 16x, alla risoluzione più bassa possibile.

40 minuti di video girato in TIMELAPSE oppure HYPERLAPSE a 16x diventa lungo circa 2'30" e con la compressione dell'invio WHATSAPP peserà solo 30mb.

Lo smartphone dovrà essere **avviato alla registrazione video**, in modalità TIMELAPSE oppure HYPERLAPSE e senza essere **mai interrotto** o messo in pausa percorrere queste fasi:

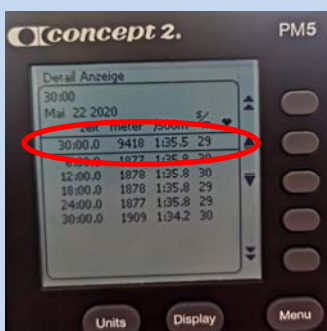


a) prima dell'inizio della gara, **avviare la registrazione e inquadrare il monitor** da vicino mantenendo lo smartphone fermo su di esso **per un tempo di circa 10 secondi**, per **testimoniare l'avvenuta impostazione** del monitor sul tempo **di 30 minuti** come indicato precedentemente

b) **posizionare lo smartphone**, per videoregistrare l'intera gara **come le foto sotto**, affinché esso riprenda il remoergometro **dal lato del volano** (lato destro) inquadrando il monitor di lato e la testa del vogatore. – Partire per la propria gara.



c) **finita la gara di 30 minuti**, senza mai interrompere la **registrazione e mantenendo la ripresa sul remoergometro**, bisognerà dapprima **inquadrare da vicino le feritoie del volano**, fermandosi su di esse **per circa 10 secondi**,



e poi **il monitor**, fermandosi anche su di esso **per circa 10 secondi**, tanto da permettere di registrare chiaramente i valori di: Metri – Tempo – Colpi (spm).

E' obbligatorio, pena l'invalidazione della gara, che **le operazione a) – b) – c)**, sopra elencate, avvengano **in continua registrazione** con lo smartphone **senza nessuna interruzione** o pausa di essa.