



MANUALE PER I PARTECIPANTI

20 dicembre 2020

MANUALE PER I PARTECIPANTI



Benvenuti al FIC Italian Indoor Rowing Challenge 2020!

Vi invitiamo a leggere con attenzione questo manuale di modo che sappiate come si svolgeranno le gare.

In bocca al lupo a tutti!

Comitato Organizzativo

PREPARAZIONE

Si consiglia di eseguire le seguenti procedure qualche giorno prima della gara, in modo tale da avere familiarità con la configurazione, di essere in grado di accedere al sistema di gara e avere il FIRMWARE aggiornato del tuo monitor.

Prima della gara

È stato creato un video per aiutarti ad essere pronto il giorno della competizione. Il video spiega come configurare il remoergometro, come collegarlo al sistema di gara e come aggiornare il firmware del tuo monitor. [\[Puoi vederlo qui\]](#)

Ecco un collegamento al [\[manuale di Homerace\]](#) che potresti trovare utile quando imposti e colleghi il tuo remoergometro al computer. Include consigli e suggerimenti per la risoluzione dei problemi e per ridurre al minimo i problemi di connettività. Puoi collegare il tuo monitor al sistema Homerace e provare la tua connessione [\[qui\]](#).

Per partecipare all'evento è necessario assicurarsi che il monitor Concept2 (PM3/PM4/PM5) abbia il FIRMWARE aggiornato. Puoi verificarlo scaricando il software [\[Concept2 Utility\]](#) e seguendo le istruzioni.



Si consiglia di mantenere il computer/laptop collegato all'alimentatore, o almeno completamente carico, e di disattivare qualsiasi salvaschermo o altre impostazioni di risparmio energetico presenti. Se devi posizionare il computer a una certa distanza dal vogatore e hai difficoltà nel vedere lo schermo, hai la possibilità di ingrandire la visualizzazione della pagina all'interno di Chrome browser - facendo clic sui tre punti nell'angolo in alto a destra dello schermo.

Per ogni gara a cui partecipi, riceverai un link univoco (il tuo "secret participant o lobby code") che ti servirà per collegare il tuo vogatore alla Lobby di gara. Riceverai i tuoi link via email tra qualche giorno, quindi tieni gli occhi aperti per ulteriori comunicazioni. Ogni collegamento sarà unico per te e per l'evento a cui partecipi. Si prega di arrivare nella Lobby **40 minuti** prima dell'inizio della gara.

CRONOLOGIA DI GARA

- **40 minuti** prima dell'inizio della gara: accedi alla lobby della gara tramite il tuo "secret participant o lobby code"
- Fino a **30 minuti** prima dell'inizio della gara - termine ultimo per il peso leggero (vedi sotto per procedura)
- **5 minuti** prima dell'inizio della gara: l'ingresso è bloccato, nessun ulteriore ingresso è permesso*
- **2 minuti** prima dell'inizio della gara: i concorrenti devono essere in posizione e pronti a gareggiare
- **1 minuto** prima dell'inizio della gara: smetti di remare, abbassa la maniglia e guarda il tuo monitor e / o schermo del computer per le istruzioni di inizio gara

* se per motivi tecnici perdi l'inizio della gara, puoi chiedere la possibilità di correre in una gara successiva se rimane un posto disponibile, ma non potrai vincere medaglie. Si prega di inviare un'e-mail a eventi@concept2.it non appena ciò accade, per avvisare gli ufficiali di gara.

Una volta entrato nella lobby di gara, puoi continuare a usare il vogatore per riscaldarti in qualsiasi momento fino a quando apparirà sullo schermo del tuo computer un messaggio in cui ti dirà di smettere di remare. Durante questo periodo il monitor del tuo vogatore potrebbe cambiare schermata più volte, questo è normale e non è necessario fare nulla mentre ciò accade.

Un ufficiale di gara monitorerà la lobby per ogni evento, tutti gli aggiornamenti saranno trasmessi attraverso la Lobby stessa. Questi messaggi saranno visibili sullo schermo del tuo computer.

Condivisione del vogatore



È possibile che i concorrenti che gareggiano in diversi eventi condividano i vogatori. In questo caso, il concorrente che corre per primo dovrà attendere che la sua gara finisca completamente prima di selezionare il pulsante giallo "disconnetti", ovvero tutte le "barche" devono essere arrivate e il monitor collegato deve ripristinarsi al sistema di gara iniziale, tornando al menu principale. A questo punto è possibile inserire il nuovo lobby code e il secondo concorrente può prepararsi a gareggiare.

Maggiori informazioni a riguardo, possono essere trovate a pagina 7 del [\[manuale di Homerace\]](#).

Nota: Non sarà possibile prendere in considerazione eventuali richieste di modifica alla regata una volta pubblicato il programma definitivo.

Procedura di partenza

La procedura di partenza è la stessa delle gare di indoor rowing live. Ti arriverà un avviso due minuti prima dell'inizio della gara. Un minuto prima della gara, ti sarà chiesto di smettere di remare e abbassare l'impugnatura per consentire alla ventola del vogatore di fermarsi. Successivamente, ti verrà chiesto di prendere l'impugnatura e prepararti per la partenza. Le istruzioni saranno comunque visibili sul monitor del vogatore.

È possibile trovare ulteriori dettagli e familiarizzare con la procedura di partenza, nelle immagini seguenti:



RACE START SEQUENCE

PM3/PM4/PM5 VIEW DURING THE START SEQUENCE

When all rowers are at the sit ready position, the starter will begin the STARTSEQUENCE

2000 _m	0 _{5/m}
:00	/500m
:00.0 _{ave}	/500
 Sit ready	

This is the first screen that will show on your PM3/PM4/PM5 display.

2000 _m	0 _{5/m}
:00	/500m
:00.0 _{ave}	/500
 Attention	

Followed pretty quickly by this one.

There is a random time delay of one to two seconds between **Attention** and **ROW**.

2000 _m	0 _{5/m}
:00	/500m
:00.0 _{ave}	/500
ROW	

Begin rowing when **ROW** is visible on your display. If you start early the computer will false start you.



PM3/PM4/PM5 RACESCREEN

PM3/PM4/PM5 VIEW DURING A RACE

1530 m	32 s/m
1:42	/500m
1:53.2	ave /500
1 Rob Waddel	+23 m
4 Steve Redgr	+ 9 m
5 Dick D.	
6 Pete D.	-12 m

The top half of the screen shows your personal information, as usual. You can press the **UNITS** button to reach your desired units.

- ◀ This line shows the rower in first place.
- ◀ This line shows the rower ahead of you.
- ◀ This line will always show you, even if you are in 1st place.
- ◀ This line shows the rower behind you.

This example shows what Dick D. will see during the race. He is in fifth place, Pete D. is 12 meters behind him and Steve Redgrave is 9 meters ahead of Dick. Rob Waddel is leading the race and 23 meters ahead of Dick.



Durante la gara

Se riscontri problemi tecnici durante la gara, continua a remare, fino all'arrivo. Se la connessione torna entro questo tempo, il sistema di gara sarà in grado di leggere il file backup ed estrapolare il punteggio. Se non torna la connessione, il tuo monitor conterà comunque il tuo punteggio, che potrà essere aggiunto manualmente dopo la gara.

Dovrai andare su Memoria, e selezionare l'allenamento corrispondente alla tua gara. Premi due volte il 4° pulsante dall'alto a destra per visualizzare il codice di verifica. Scatta una foto e inviala a eventi@concept2.it e, a discrezione della Race Review, valuteremo se il tuo risultato può essere aggiunto manualmente ai risultati ufficiali.

Dopo la gara

Una volta che la gara sarà finita, l'ufficiale approverà la gara, a quel punto il sistema scollegherà il monitor. Non è necessario fare nulla mentre ciò accade, ma per favore non scollegare il monitor dal computer fino a quando non torna alla visualizzazione normale.

PESI LEGGERI

Gli atleti iscritti a un evento di pesi leggeri si devono pesare tra due ore prima dell'inizio delle gare e non oltre 30 minuti prima dell'inizio della loro gara. Si deve inviare via email a eventi@concept2.it una prova fotografica del peso del concorrente. Il limite di peso è di 75kg per uomini e 61,5kg per donne.

Le prove fotografiche devono mostrare: 1. L'atleta a tutta figura, in tenuta da gara, sulla bilancia (che dovrà essere a lettura digitale) 2. L'immagine della bilancia in cui sia visibile il peso dell'atleta (in Kg.) ed una data che corrisponda alla data della gara (può essere includendo un giornale o la schermata iniziale di un file telefono che mostra la data).

Se un concorrente non fa la prova del peso o eccede il tempo limite, potrà comunque gareggiare, tuttavia non potranno essere premiati.

RISULTATI

I risultati saranno provvisori al termine della gara e verranno messi a disposizione dal sito www.canottaggio.org. Una volta ufficializzati i risultati di ogni gara, la nostra pagina dei risultati verrà aggiornata.



Vincitori/medaglie

Le medaglie saranno assegnate ai tre concorrenti più veloci in ogni categoria di gara in cui ci sono quattro o più concorrenti. Nelle gare in cui ci sono meno di quattro concorrenti, le medaglie saranno assegnate a uno in meno rispetto al numero di concorrenti, ad es. tre concorrenti - medaglie assegnate ai primi due.

Le medaglie verranno spedite dopo l'evento.

TRASMISSIONE EVENTO

Ogni gara sarà trasmessa in diretta streaming sul sito web di www.canottaggio.org - con commenti dal vivo, ospiti professionali e brevi commenti delle gare; incoraggia la tua famiglia e i tuoi amici a guardarti online!

QUALIFICA OPEN PER WRICH 2021

Chi desidera utilizzare l'evento per tentare di qualificarsi attraverso l'open pathway al WRICH 2021 dovrà attenersi alle regole dell'evento. Per ulteriori informazioni, visita www.worldrowing.com

I RECORD

Il FIC Italian Indoor Rowing Challenge 2020 è stato confermato come evento riconosciuto dalla Concept2, quindi tutti i record possono essere battuti dai concorrenti, ad eccezione dei record pesi leggeri a causa di impossibilità di verificare adeguatamente le procedure di pesatura. Andate sul sito Web della Concept2 per ulteriori informazioni in merito. www.concept2.it
<https://www.concept2.it/indoor-rowers/gare-indoor/i-record>

Il Comitato Organizzativo si metterà in contatto dopo la competizione con qualsiasi concorrente che abbia battuto un record durante l'evento per confermare il processo di verifica, ma per chi pensa di poter battere un record, tenga presente quanto segue:

Per approvare un record del mondo, Concept2 richiede l'invio di un video dell'intera gara. Il video deve contenere una ripresa singola che includa un primo piano del monitor prima dell'inizio, una visione chiara dell'atleta e del vogatore per tutta la gara e un primo piano del monitor dopo l'arrivo. Il log file di ErgRace dovrà essere inviato alla Concept2 dall'organizzatore della gara.

La documentazione per confermare l'età del partecipante deve essere resa disponibile su richiesta insieme alla prova della classifica per il para-rowing da un organo di governo internazionale (World Rowing) o nazionale.



SPORT PULITO E FAIR PLAY

L'ISCRITTO è a conoscenza che la partecipazione a gare di atleti si ispira ai principi di lealtà e correttezza.

E' pertanto considerato illecito sportivo partecipare alla gara sotto falso nome o falsa attestazione di qualifica o violando norme sull'età ed il peso, nonché l'uso di sostanze e metodi doping, somministrazione

ed uso anche per scopi terapeutici di sostanze o metodi doping vietati quali quelle comprese nell'elenco aggiornato dalla WADA. E' comunque considerata frode sportiva se queste attività sono dirette a

consentire che altri realizzino le ipotesi fraudolente sopra indicate ed è sanzionata dalle norme di giustizia sportiva della FIC, salvo il fatto più grave.

ULTERIORI INFORMAZIONI

Contatti

Domande generali sulla gara: eventi@concept2.it

L'email è la nostra opzione preferita per il contatto il giorno della gara e avremo personale o volontari a monitorare gli account di posta elettronica durante il giorno di gara per garantire una risposta rapida a qualsiasi dubbio. Se pensi sia necessario un contatto telefonico, ti richiameremo o condivideremo un file con il numero di contatto da utilizzare in modo da poter risolvere il problema in modo tempestivo.