



FEDERAZIONE ITALIANA PESCA SPORTIVA ATTIVITÀ SUBACQUEE E NUOTO PINNATO

SETTORE TECNICO
Attività Subacquee e Nuoto Pinnato
Circolare n. 9



Protocollo FIPSA
Documento in uscita
0000051-2026
11/01/2026
SUNPI

Agli Atleti aventi diritto di partecipazione
Alle Società di appartenenza
Ai Comitati Regionali F.I.P.S.A.S.
Ai Comitati Provinciali F.I.P.S.A.S.
Alle Sezioni Provinciali Conv. F.I.P.S.A.S.
Ai Delegati Provinciali F.I.P.S.A.S.
Al Comitato per i Controlli Antidoping C.O.N.I.
Al Ministero della Salute

e, p.c.: Al Comitato di Settore Attività Subacquee e
Nuoto Pinnato
Agli Ufficiali di Gara
Alla Società organizzatrice
Allo Staff Tecnico dell'Apnea
Ai Coordinatori di Zona dell'Apnea

=LORO INDIRIZZI E – MAIL=

OGGETTO: **Campionato Italiano per Categorie di Apnea Indoor
Novara – 20/22 Marzo 2026**

Si informa che l'iscrizione al Campionato Italiano Primavera per Categorie di Apnea Indoor 2026 dovrà essere effettuata sul sito <https://iscrizioni.novarapnea.it/>, come da istruzioni indicate all'art. 3 del presente documento, entro e non oltre il **9 Marzo 2026**.

La tassa d'iscrizione di € 30,00 per ciascun atleta, per ogni specialità, dovrà essere versata, tramite bonifico bancario, entro il **9 Marzo 2026**, a:

A.S.D. 1° Club Lacustre Sommozzatori

Banco BPM – IBAN: IT66Y050341010000000028683

Causale: Quota iscrizione Campionato Italiano per Categorie di Apnea Indoor 2026 (si prega di specificare anche il nome dell'atleta o degli atleti per i quali si sta pagando la quota di partecipazione).

I partecipanti devono essere in possesso della Tessera Federale e della Tessera Atleta, valide per l'anno in corso, e, conseguentemente, del certificato medico sportivo agonistico in corso di validità.

Per tutto quanto non previsto dalle norme allegate, vale quanto riportato nelle Carte Federali.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

Mara Agazzone Tel. 348-3014155 E-mail: primaverili2025@novarapnea.it

Terminata la manifestazione, la Società Organizzatrice dovrà inviare le classifiche all'indirizzo e-mail: subacquea@fipsas.it, per la pubblicazione sul sito federale.

Si ricorda, inoltre, che con il tesseramento e/o rinnovo vengono accettate le Norme Sportive Antidoping attuative del Programma Mondiale Antidoping WADA. La normativa antidoping è visionabile sia sul sito FIPSAS (www.fipsas.it), al link antidoping, che sul sito NADO Italia (www.nadoitalia.it).

Cordiali saluti.

Il Segretario Generale
Barbara DURANTE



CAMPIONATO ITALIANO PER CATEGORIE DI APNEA INDOOR

Novara – 20/22 Marzo 2026

REGOLAMENTO PARTICOLARE

ART. 1 ORGANIZZAZIONE

La F.I.P.S.A.S., in collaborazione con la Società "A.S.D. 1° Club Lacustre Sommozzatori", indice e organizza per i giorni **20, 21 e 22 Marzo 2026** il Campionato Italiano per Categorie di Apnea Indoor (specialità coinvolte: Dinamica senza Attrezzi, Dinamica con Attrezzi – monopinna, Dinamica con Attrezzi – pinne con stile alternato, Endurance 4x50 m. monopinna, Endurance 8x50 m. monopinna, Speed 100 m. monopinna e Statica). La manifestazione è disciplinata dal Regolamento Nazionale Gare di Apnea Indoor, dalla Circolare Normativa e dalle presenti Modalità Organizzative (scaricabili dal sito federale: www.fipsas.it), che tutti i partecipanti, per effetto della loro iscrizione, dichiarano di conoscere e di accettare.

ART. 2 PARTECIPAZIONE

Ai Campionati Italiani per Categorie di Apnea Dinamica con e senza Attrezzi potranno partecipare tutti gli atleti che, alla data prevista come termine ultimo per le iscrizioni, risulteranno appartenere alle seguenti categorie: Elite Maschile, Elite Femminile, 1^a Categoria Maschile, 1^a Categoria Femminile, 2^a Categoria Maschile, 2^a Categoria Femminile, 3^a Categoria Maschile e 3^a Categoria Femminile.

Gli atleti appartenenti alla categoria Elite, Maschile e Femminile, per poter partecipare ai Campionati Italiani per Categorie, alla data prevista come termine ultimo per le iscrizioni e nelle ultime tre stagioni agonistiche (quella in corso e le due precedenti), dovranno aver realizzato, per ciascuna delle seguenti tre specialità: dinamica con monopinna (sono consentite anche le due pinne), dinamica con pinne con stile alternato e dinamica senza attrezzi, almeno la distanza prevista per il passaggio alla categoria Elite.

Gli atleti e le atlete che abbiano effettuato l'accesso in categoria Elite tramite la specialità Dinamica con Attrezzi vedranno registrata la distanza, rispettivamente, di 150 m. (se l'accesso in cat. Elite è avvenuto nella corrente stagione agonistica o in quella precedente) o 125 m. (se l'accesso in cat. Elite è avvenuto nella corrente stagione agonistica o in quella precedente) sia per l'Apnea Dinamica con Monopinna (sono consentite anche le due pinne) che per l'Apnea Dinamica con Pinne con stile alternato, acquisendo, quindi, la qualificazione in entrambe le suddette specialità.

Ai Campionati Italiani per Categorie di Apnea Speed 100 m. monopinna, di Apnea Endurance 4x50 m. monopinna e di Apnea Endurance 8x50 m. monopinna potranno partecipare gli atleti appartenenti a tutte le categorie, compresa quella Esordienti, Maschile e Femminile, che abbiano realizzato, nelle ultime tre stagioni agonistiche (quella in corso e le due precedenti) e per ciascuna delle suddette tre specialità, dei tempi inferiori ai seguenti tempi limite:

Apnea Speed 100 m. con monopinna: 2 minuti;

Apnea Endurance 4x50 m. con monopinna: 5 minuti.

Apnea Endurance 8x50 m. con monopinna: 10 minuti.

Per quel che riguarda l'Apnea Endurance, si segnala che, con l'ottenimento di un solo tempo utile, si potrà accedere sia alla gara di Apnea Endurance 4x50 m. con monopinna che alla gara di Apnea Endurance 8x50 m. con monopinna.

Gli atleti praticanti il nuoto pinnato possono accedere ai Campionati Italiani per Categorie di Apnea Speed 100 m. con Monopinna e di Apnea Endurance 4x50 m. e 8x50 m. con Monopinna indipendentemente dal conseguimento, nelle ultime tre stagioni agonistiche (quella in corso e le due precedenti), di tempi inferiori ai suddetti tempi limite.

Ai Campionati Italiani per Categorie di Apnea Statica potranno partecipare gli atleti appartenenti a tutte le categorie, compresa quella Esordienti, Maschile e Femminile, che abbiano realizzato, nelle ultime tre stagioni agonistiche (quella in corso e le due precedenti), i seguenti tempi minimi:

3 minuti per la categoria femminile;
4 minuti per la categoria maschile.

Le Categorie Apnea, al pari dei Regolamenti di cui sopra, sono scaricabili anch'esse dal sito federale. Ai vincitori delle Categorie Elite, Maschile e Femminile, verrà assegnato il titolo di Campione Italiano per Categorie Elite nelle seguenti specialità indoor: Apnea Dinamica con Attrezzi – monopinna (sono consentite anche le due pinne. Resta inteso che la classifica sarà in ogni caso unica), Apnea Dinamica con Attrezzi – pinne con stile alternato e Apnea Dinamica senza Attrezzi.

Ai vincitori delle altre sei Categorie, 1^a Maschile, 1^a Femminile, 2^a Maschile, 2^a Femminile, 3^a Maschile e 3^a Femminile, verrà assegnato il titolo di Campione Italiano nelle seguenti specialità indoor: Apnea Dinamica con Attrezzi e Apnea Dinamica senza Attrezzi.

A differenza di quanto avviene per la Categoria Elite, dove nella specialità della Dinamica con Attrezzi i titoli individuali sono due, monopinna e pinne con stile alternato, per tutte le altre Categorie ammesse a partecipare al Campionato Italiano per Categorie di Apnea Dinamica con Attrezzi il titolo è unico, a prescindere se si gareggia con le pinne o con la monopinna.

I limiti massimi di iscrizioni sono:

12 posti Campionato Italiano speed 100 m. monopinna;

12 posti Campionato Italiano endurance 4x50 m. monopinna;

12 posti Campionato Italiano endurance 8x50 m. monopinna;

48 posti Campionato Italiano statica;

140 posti Campionato Italiano dinamica senza attrezzi: 70 Categoria Elite e 70 Categorie 1°M-F, 2°M-F e 3°M-F;

150 posti Campionato Italiano dinamica con Attrezzi: 60 posti Categoria Elite monopinna (sono consentite anche le due pinne) e 90 posti Categoria Elite pinne con stile alternato;

Campionato Italiano con Attrezzi: 120 Categorie 1°M-F, 2°M-F e 3°M-F tra monopinna e pinne.

Il criterio di accesso per gli atleti Elite classificati secondo le modalità sopra indicate è cronologico, ovvero in base alla data d'iscrizione.

Hanno comunque diritto di accesso, indipendentemente dalla cronologia di iscrizione, purché in ogni caso la relativa modulistica e pagamento venga trasmessa entro i termini stabiliti, gli atleti che abbiano raggiunto, nelle ultime tre stagioni agonistiche (quella in corso e le due precedenti), i seguenti tempi o misure:

Dinamica con Monopinna (o Pinne con stile a delfino): Maschile 225 m. / Dinamica con Monopinna (o Pinne con stile a delfino) Femminile 200 m.;

Dinamica con Pinne con stile alternato: Maschile 215 m. / Dinamica con Pinne con stile alternato Femminile 190 m.;

Dinamica senza Attrezzi Maschile: 175 m. / Dinamica senza Attrezzi Femminile 150 m.

Apnea Statica: Maschile 7' e 30" / Femminile 6';

Apnea Speed 100 m. con Monopinna: Maschile 40" / Femminile 45";

Apnea Endurance 4x50 m. con Monopinna: Maschile 3 minuti / Femminile 3 minuti.

Apnea Endurance 8x50 m. con Monopinna: Maschile 5 minuti / Femminile 5 minuti.

Tutte le prestazioni di qualifica sopra indicate dovranno essere state effettuate nel corso di Gare di Qualificazione Nazionale (escluse quelle infrasettimanali), Campionati Italiani, Campionati Europei e Mondiali.

I posti che si liberano della categoria Elite saranno resi disponibili e distribuiti sulle altre Categorie e viceversa.

L'ammissione degli atleti appartenenti alle categorie diverse dalla Elite avverrà secondo le modalità previste dall'Art. 7.4 della Circolare Normativa – Attività Subacquee.

Ai vincitori, Maschile e Femminile, delle specialità della Statica, della Speed 100 m. con Monopinna, dell'Endurance 4x50 m. con Monopinna e dell'Endurance 8x50 con Monopinna verrà assegnato il titolo di Campione Italiano per Categorie.

In tale occasione si procederà alla definizione della Migliore Società di Apnea Indoor per Categorie sulla base delle prove di tutte le specialità in programma, conseguite dagli atleti appartenenti a tutte le categorie partecipanti ai Campionati Italiani in questione: Elite Maschile, Elite Femminile, 1^a Categoria Maschile, 1^a Categoria Femminile, 2^a Categoria Maschile, 2^a Categoria Femminile, 3^a Categoria Maschile e 3^a Categoria Femminile. Per la sola categoria Elite (Maschile e Femminile) verranno prese in considerazione le prove di dinamica con attrezzi conseguite sia con la monopinna (o con le due pinne) che con le due pinne con stile alternato.

La classifica finale sarà determinata assegnando ai primi sei (6) atleti classificati e alle prime sei (6) atlete classificate di ogni specialità e di ogni categoria (laddove sono previste le categorie) un punteggio che seguirà il seguente criterio:

10 punti al primo classificato/alla prima classificata, 6 punti al secondo classificato/alla seconda classificata, 4 punti al terzo classificato/alla terza classificata, 3 punti al quarto classificato/alla quarta classificata, 2 punti al quinto classificato/alla quinta classificata e 1 punto al sesto classificato/alla sesta classificata. Tali punti andranno poi moltiplicati per il coefficiente di categoria, pari a 2 per l'Elite, 1,5 per la 1^a Categoria, 1 per la 2^a Categoria e 0,5 per la 3^a Categoria. Per le specialità che non prevedono categorie, il coefficiente sarà pari a 1. Ai fini della determinazione della classifica finale, il punteggio da assegnare agli atleti senior che sono anche junior B sarà esclusivamente quello derivante dalla classifica a loro riservata, analogamente a ciò che avverrà per gli atleti master. La Società vincitrice sarà quella che avrà ottenuto il punteggio maggiore.

In occasione del Campionato Italiano per Categorie, per gli atleti senior che sono anche junior B (da 15 a 17 anni, ovvero nati dal 2009 al 2011) e per gli atleti master appartenenti alle categorie M1 (50 – 59 anni), M2 (60 – 69 anni) e M3 (+70 anni) è prevista l'assegnazione del titolo individuale, maschile e femminile, rispettivamente, di Campione Italiano per Categorie Junior e di Campione Italiano per Categorie Master in tutte le specialità previste dal programma. Resta inteso che nelle specialità della dinamica con attrezzi (monopinna – sono consentite anche le due pinne – e pinne con stile alternato) e apnea dinamica senza attrezzi il titolo individuale, maschile e femminile, di Campione Italiano per Categorie Junior o Campione Italiano per Categorie Master verrà assegnato soltanto agli atleti senior/junior o master (M1, M2 o M3) appartenenti alla categoria Elite. In occasione del Campionato Italiano per Categorie gli atleti master appartenenti alle categorie M1, M2 e M3, all'atto dell'iscrizione, dovranno scegliere se gareggiare come Senior o come Master.

ART. 3 ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere obbligatoriamente effettuate sul sito: <https://iscrizioni.novarapnea.it/>, seguendo le istruzioni qui di seguito illustrate. **L'apertura delle iscrizioni è prevista dal giorno 19 Gennaio 2026 alle ore 12:00 con termine ultimo entro e non oltre il 9 Marzo 2026. La chiusura delle iscrizioni per tutte le specialità incluse nel programma dell'evento potrebbe essere anticipata qualora si dovesse raggiungere prima il numero massimo di iscritti.**

Istruzioni per iscrizione on line: La società deve registrarsi all'indirizzo: <https://iscrizioni.novarapnea.it/> Dopodiché, riceverà una password utilizzabile per iscrivere i propri atleti e modificare le dichiarazioni, scaricare il modulo di iscrizione in formato pdf e caricarlo firmato. Le dichiarazioni sono modificabili fino al giorno 9 Marzo 2026.

La data del 9 Marzo 2026 costituisce l'ultimo giorno utile per tutti gli atleti aventi diritto.

La conferma della partecipazione è subordinata al pagamento della quota d'iscrizione, che deve avvenire entro 5 giorni al caricamento delle iscrizioni sul portale e, comunque, tassativamente **entro e non oltre il giorno 9 Marzo 2026**. La comunicazione dell'avvenuto pagamento della quota d'iscrizione va trasmessa, via e-mail, all'indirizzo primaverili2025@novarapnea.it, unitamente alla copia del bonifico, da effettuarsi secondo le seguenti modalità:

Euro 30,00 per ciascun atleta per ogni specialità.

Le iscrizioni si intendono valide solo dopo che è stato effettuato il versamento della quota di partecipazione.

Le iscrizioni che non saranno confermate dall'avvenuto pagamento della quota di adesione nei termini sopraccitati potranno essere non prese in esame dall'organizzazione. Questo al fine di liberare spazio e di consentire l'accesso agli atleti in coda.

La mancata partecipazione al Campionato Italiano di un atleta, quale che sia il motivo, non esime la Società di appartenenza dal pagamento delle relative quote di adesione.

La mancata partecipazione al Campionato Italiano, quale che sia il motivo, non dà diritto al rimborso della quota di adesione versata.

Le quote di adesione vanno versate in un importo unico per società partecipante. Versamenti integrativi sono ammessi previo accordo con la società organizzatrice.

N.B. Scaduto il termine perentorio del 9 Marzo 2026, le domande saranno respinte, L'organizzazione, d'intesa con la FIPSAS – Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato, nel caso non fosse stato raggiunto il numero massimo previsto d'iscritti, potrà accogliere, in via del tutto eccezionale, anche le domande d'iscrizione pervenute in ritardo.

ART. 4 MIGLIORE PERFORMANCE / DICHIARAZIONI

Come previsto dal Regolamento Nazionale e allo scopo di agevolare la predisposizione degli ordini di partenza, è richiesto per tutte le categorie, ad eccezione di quella Elite, nelle specialità della Dinamica con e senza Attrezzi, di comunicare alla società organizzatrice, entro il 9 Marzo 2026, i tempi nei quali gli atleti intendono compiere la distanza prestabilita per ogni categoria.

La mancata comunicazione della dichiarazione dei tempi entro i termini previsti comporta l'inserimento negli ordini di partenza e in gara con la seguente dichiarazione: zero (0) secondi per DYN e DNF.

Per tutte le categorie nelle specialità della Statica e della Speed & Endurance e per la sola categoria Elite nelle specialità della Dinamica con Monopinna, Dinamica con Pinne con stile alternato e Dinamica senza Attrezzi, l'ordine di partenza è stabilito in base alla migliore performance effettuata nelle ultime tre stagioni agonistiche (quella in corso e le due precedenti) per ciascuna delle suddette specialità. Le prestazioni dovranno essere effettuate nel corso di Gare di Qualificazione Nazionale (escluse quelle infrasettimanali), Campionati Italiani o Campionati Europei e Mondiali. La migliore performance dovrà essere indicata nel modulo d'iscrizione, da parte del Presidente della Società di appartenenza dell'atleta, unitamente alla data e al luogo in cui la stessa è stata realizzata. All'accesso in Elite verranno attribuite all'atleta le misure di Starting Rank pari a quelle di accesso in Elite per DYN e DNF.

La mancata comunicazione della migliore performance entro il 9 Marzo p.v. comporta l'esclusione dalla gara.

Inoltre, si segnala che le dichiarazioni dei tempi non potranno essere superiori ai rispettivi tempi di accesso:

- 10 minuti per il Campionato Italiano di Apnea Endurance 8x50 m. con monopinna;
- 5 minuti per il Campionato Italiano di Apnea Endurance 4x50 m. con monopinna;
- 2 minuti per il Campionato Italiano di Apnea Speed 100 m. con monopinna.

La direzione di gara e l'organizzazione si impegnano fin da ora a trattare con la massima riservatezza le dichiarazioni, in particolare nessun atleta iscritto avrà accesso alle dichiarazioni, nessun atleta iscritto potrà leggere o avrà accesso all'account. Gli unici designati a leggere e a trattare le dichiarazioni di gara sono il direttore e il segretario di gara. Alla pubblicazione degli ordini di partenza, anche parziale, nessuna dichiarazione potrà essere modificata.

ART. 5 LUOGO E ORARIO DELLA COMPETIZIONE

Il Campionato Italiano per Categorie di Apnea Indoor si svolgerà **dal 20 al 22 Marzo 2026** presso la **Piscina dell'Impianto Sportivo Comunale del Terdoppio**, sito in Piazzale Olimpico, 2 – 28100 Novara.

Dimensioni vasca: 50x25 m. – Temperatura: 27°

Tutte le comunicazioni verranno inviate all'indirizzo e-mail riportato sul modulo D al momento dell'iscrizione. Qualora le società abbiano necessità di inserire un indirizzo e-mail differente, dovrà essere fatta richiesta scritta inviando una e-mail all'indirizzo: primaverili2025@novarapnea.it

ART. 6 SVOLGIMENTO DELLE GARE

Apnea Dinamica senza Attrezzi

Il Campionato Italiano avrà inizio alle ore 12:00 del 20 Marzo 2026 e proseguirà secondo il programma allegato, in ottemperanza ai regolamenti Federali.

Apnea Endurance 8x50 m. con monopinna

Il Campionato Italiano avrà inizio alle ore 17:00 del 20 Marzo 2026 e proseguirà secondo il programma allegato, in ottemperanza ai regolamenti Federali.

Apnea Endurance 4x50 m. con monopinna

Il Campionato Italiano avrà inizio alle ore 08:30 del 21 Marzo 2026 proseguirà secondo il programma allegato, in ottemperanza ai regolamenti Federali.

Apnea Dinamica con Attrezzi – monopinna o pinne (gara aperta alla partecipazione degli atleti di tutte le categorie ad esclusione di quelli appartenenti alla categoria Elite pinne)

Il Campionato Italiano avrà inizio alle ore 09:30 del 21 Marzo 2026 e proseguirà secondo il programma allegato, in ottemperanza ai regolamenti Federali.

Apnea Speed 100 m. con monopinna

Il Campionato Italiano avrà inizio alle ore 17:00 del 21 Marzo 2026 e proseguirà secondo il programma allegato, in ottemperanza ai regolamenti Federali.

Apnea Statica

Il Campionato Italiano avrà inizio alle ore 08:30 del 22 Marzo 2026 e proseguirà secondo il programma allegato, in ottemperanza ai regolamenti Federali.

Apnea Dinamica con Attrezzi – pinne con stile alternato (gara riservata agli atleti Elite)

Il Campionato Italiano avrà inizio alle ore 13:00 del 22 Marzo 2026 e proseguirà secondo il programma allegato, in ottemperanza ai regolamenti Federali.

Durante lo svolgimento delle competizioni è obbligatorio per tutti i presenti tenere un comportamento decoroso, onde favorire la concentrazione degli atleti. È, altresì, vietato utilizzare supporti musicali durante lo svolgimento delle gare, nonché durante la fase di preparazione, se non dotati di cuffie.

Articolo 7. APNEA DINAMICA CON E SENZA ATTREZZATURE, APNEA SPEED & ENDURANCE E APNEA STATICA

Per quanto riguarda le norme tecniche, si fa riferimento al Regolamento Nazionale Gare di Apnea Indoor, consultabile sul sito federale www.fipsas.it

Articolo 8. PREMIAZIONI

Le premiazioni saranno effettuate presso la Piscina dell'Impianto Sportivo Comunale del Terdoppio secondo quanto previsto dal programma allegato, nel rispetto del protocollo CONI – FIPSAS. L'eventuale consegna di ulteriori premi dovrà essere effettuata al termine della cerimonia protocollare (eventuali premi saranno elencati ai concorrenti al momento del raduno prima dell'inizio della gara).

Articolo 9. RECLAMI

Tutti i concorrenti alla gara hanno facoltà di presentare reclami, nella forma, modi e termini previsti dalla Circolare Normativa e dal Regolamento Nazionale FIPSAS in vigore.

Articolo 10. INTERPRETAZIONI

Il giudizio in merito a eventuali divergenze sul presente Regolamento è riservato esclusivamente al Giudice Capo, fatta salva la facoltà degli interessati di presentare reclamo così come indicato all'Art. 9 del presente Regolamento.

Articolo 11. DIREZIONE DI GARA

Direttore di Gara: Angelo Cupellini

Giudice Capo: Andrea Frosini

Giudici di Gara: Fabio Mastellotto – Incoronata Ramunno – Marta Rampoldi – Concetto Romano – Loredana Tesoro – Ester Villa

Medico di Gara: A cura della Società organizzatrice

Segretario di Gara: Mara Agazzone

Articolo 12. PRESIDIO OSPEDALIERO

Il presidio ospedaliero "Ospedale Maggiore" di Novara si trova in Corso Giuseppe Mazzini, 18.

Lo stesso dista 3,1 km dall'impianto sportivo e il tempo di percorrenza è di 6 minuti.

Centralino Tel. 03213731 – U.O. Pronto Soccorso 118.

CAMPIONATO ITALIANO PER CATEGORIE DI APNEA INDOOR

Novara – 20/22 Marzo 2026

PROGRAMMA

Venerdì 20 Marzo 2026

- Ore 12:00 Inizio Campionato Italiano Dinamica senza Attrezzi
- Ore 17:00 Inizio Campionato Italiano Endurance 8x50 m con Monopinna
- Ore 18:45 Premiazione Campionati Italiani per Categorie di Apnea Indoor Dinamica senza Attrezzi ed Endurance 8x50 m con Monopinna

Sabato 21 Marzo 2026

- Ore 08:30 Inizio Campionato Italiano Endurance 4x50 m con Monopinna
- Ore 09:30 Inizio Campionato Italiano Dinamica con Attrezzi – monopinna o pinne (gara aperta alla partecipazione degli atleti di tutte le categorie ad esclusione di quelli appartenenti alla categoria Elite pinne)
- Ore 17:00 Inizio Campionato Italiano Speed 100 m con Monopinna
- Ore 18:45 Premiazione Campionati Italiani per Categorie di Apnea Indoor Endurance 4x50 m con Monopinna, Dinamica con Attrezzi e Speed 100 m con Monopinna

Domenica 22 Marzo 2026

- Ore 08:30 Inizio Campionato Italiano Statica
- Ore 13:00 Inizio Campionato Italiano Dinamica con Attrezzi – pinne con stile alternato (gara riservata alla cat. Elite)
- Ore 17:45 Premiazione Campionati Italiani per Categorie di Apnea Indoor Statica, Dinamica con Attrezzi – pinne con stile alternato (gara riservata alla cat. Elite) e migliore Società d'Italia di Apnea Indoor per Categorie

N.B.:

Con "inizio Campionato Italiano" si intende "inizio riscaldamento".

Gli orari indicati, al pari dell'ordine di svolgimento delle gare all'interno di ogni singola giornata, potrebbero subire delle variazioni in relazione a esigenze tecnico organizzative. In ogni caso, qualora ciò dovesse accadere, tali variazioni sarebbero tempestivamente segnalate nelle forme opportune.