

Concept2 Italia organizza

# 10<sup>o</sup> Concept2 Open Indoor Rowing Championship

## 6<sup>o</sup> Concept2 Open Team Championship

### 7<sup>o</sup> Concept2 Campionato Speciale

Roma, domenica 27 Novembre 2011

## 1. SEDE DI GARA

ROMA – All Round ASD, Via don Pasquino Borghi, 96 Roma RM – Uscita 26 del G.R.A.



## 2. PROGRAMMA GARE

**Domenica 27 Novembre 2011**

**Ore 10,00**

C2 Open Indoor Rowing Championship

*Le gare si svolgeranno in sequenza ogni 15 minuti.*

**Ore 13,00**

C2 Open Championship Categoria Speciale

**Ore 15,00**

C2 Open Team Championship

*Le gare si svolgeranno in sequenza ogni 15 minuti.*

*Gli orari potranno variare secondo le esigenze dell'organizzazione.*

*Il programma definitivo sarà pubblicato su [www.concept2.it](http://www.concept2.it) entro il 24 Novembre 2011.*

### 3. CATEGORIE

#### 10° C2 Open Indoor Rowing Championship (*Campionato Individuale*)

Possono partecipare atleti suddivisi nelle seguenti categorie

- nati **dopo il 1999** (età minima 8 anni): **1 minuto** maschile e femminile
- nati nel **1999**: metri **1000** maschile e femminile
- nati nel **1998**: metri **1500** maschile e femminile
- nati nel **1997**: metri **1500** maschile e femminile (e dal 28 novembre al 31 dicembre 1996)

**Età:** 15-16,17-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, oltre 70 anni. (**fa fede l'età il giorno della gara**):

**Distanza:** metri **2000** maschile e femminile compresi i *pesi leggeri\** per ogni categoria.

\*Il **controllo del peso** della categoria **Pesi Leggeri** (uomini max kg.75, donne max kg. 61,5) sarà effettuato dalle ore 9.00 di domenica 27 novembre 2011 fino ad 1 ora prima dell'orario ufficiale di gara. Gli atleti iscritti come pesi leggeri che non dovessero effettuare il controllo del peso pre-gara o che non rientrassero nel limite di peso, gareggeranno nella gara in cui sono iscritti, ma il loro tempo verrà inserito fuori classifica.

Categoria **Adaptive** (valgono le categorie FISA LTA, TA ed A) metri **1000**

#### 7° C2 Campionato Speciale (*Aperto ad atleti con disabilità mentali*)

Prova su **1 minuto**

#### 6° Concept2 Open Team Championship (*Campionato a Team da 4*)

**Gara a staffetta su un indoor rower Concept2 per team, con squadre composte da 4 componenti, sulla distanza di metri 2.000:** ogni componente della squadra dovrà effettuare una frazione di metri 500. Il cambio dovrà essere effettuato all'interno di una zona di metri 100 (50 metri prima e 50 metri dopo di ogni singolo cambio). Per il calcolo della categoria Under 18 fa fede l'età il giorno della gara.

1. Under 18 Maschile (ogni atleta non deve aver compiuto i 18 anni – nessun limite peso)
2. Under 18 Femminile (ogni atleta non deve aver compiuto i 18 anni – nessun limite peso)
3. Assoluti Maschile (nessun limite d'età e peso)
4. Assoluti Femminile (nessun limite d'età e peso)
5. Pesi Leggeri Maschile (nessun limite d'età – limite peso max kg.75)
6. Pesi Leggeri Femminile (nessun limite d'età – limite peso max kg. 61,5)

./.

### 4. DOCUMENTI DI IDENTIFICAZIONE

Per tutti i concorrenti partecipanti al 10° Concept2 Open Indoor Rowing Championship ed al 6° Concept2 Open Team Championship sono richiesti:

- **Documento di identità** valido a tutti gli effetti
- **Certificato medico** per attività agonistica

## 5. ISCRIZIONI e RITIRI

### Modalità di iscrizione:

Via e-mail oppure fax: **info@concept2.it** fax **06/90169140**

utilizzando i moduli allegati (allegato A per il campionato individuale, allegato B per il campionato a squadre e allegato C per gli atleti con disabilità mentali), allegando ricevuta dell'**avvenuto pagamento tramite bonifico bancario**.

**Termine iscrizioni: entro e non oltre le ore 24,00 di giovedì 17 Novembre 2011.**

### Quote individuali di partecipazione per tutte le competizioni:

Atleti fino ai 14 anni	<b>€12,00</b>
Atleti di ogni altra categoria	<b>€18,00</b>
Team staffetta	<b>€48,00</b>

### Metodo di pagamento:

Con bonifico bancario intestato a: **Indoor Rowing srl** .

Banca: **Monte dei Paschi di Siena**

IBAN: **IT 09 Z 01030 03217 000000944153**

Causale: **C2 OPEN 2011**

L'elenco degli iscritti verrà pubblicato su [www.concept2.it](http://www.concept2.it) entro il giorno 24.11.2011. Eventuali **ritiri** non sono rimborsabili.

## 6. ACCREDITAMENTO

L'accreditamento avrà luogo presso la sede della manifestazione – All Round ASD - via don Pasquino Borghi 96, Roma - domenica 27 Novembre 2011 **a partire dalle ore 08,30**. Per i centri fitness o altre società con più iscritti, l'accreditamento potrà essere fatto da un solo rappresentante espressamente indicato sul modulo d'iscrizione.

La Segreteria Gare stamperà un programma diviso per categoria e orario, che sarà affisso ad un tabellone nella zona gara ed una copia sarà fornita ad ogni gruppo di partecipanti. Ad ogni atleta verrà consegnato un cartellino con l'indicazione della propria gara e sul quale verrà segnato da un addetto il tempo finale.

Altre eventuali comunicazioni che possono interessare i partecipanti saranno affisse al tabellone o ricordate dall'annunciatore durante la manifestazione.

## 7. INDOOR ROWERS

Le gare si disputeranno su remoergometri Concept2. L'impostazione del damper (resistenza della ventola) è libera, ma non può essere cambiata durante la gara. Sarà presente una zona di riscaldamento attrezzata con remoergometri Concept2.

## 8. ASSISTENZA

I servizi di assistenza e soccorso sanitario, previsti per la manifestazione, iniziano mezz'ora prima della prima gara e terminano mezz'ora dopo la fine dell'ultima gara.

## 9. PUNTEGGI PER SQUADRA O CENTRO DI APPARTENENZA

Le gare saranno effettuate in **unica prova** ed ogni concorrente può disputare una sola prova individuale ed una sola a staffetta.

Al termine delle gare sarà stilata una classifica individuale per ogni categoria in base ai tempi conseguiti ed una classifica per squadra o centro di appartenenza, secondo i seguenti punteggi:

Piazzamento	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	Dal 9°
Punti	42	36	30	22	18	14	10	6	3

Il punteggio viene assegnato per ogni concorrente in gara nelle gare individuali e per ogni equipaggio nelle gare a staffetta. In caso di equipaggi misti (con atleti di più società) i punti vengono assegnati solo alla società di riferimento indicata sul modulo di iscrizione.

La formazione delle serie di gara sarà composta (indicativamente) in base ai tempi previsti inseriti sul modulo di iscrizione. È comunque consigliabile cercare di stabilire il proprio miglior tempo indipendentemente dalla posizione in gara, il vostro diretto concorrente potrebbe essere in una batteria successiva!

### PREMIAZIONI

Saranno assegnate le medaglie 1°, 2° e 3° grado ai primi tre classificati di ogni categoria.

Agli atleti vincitori delle prove del 10° Concept2 Open Indoor Rowing Championship e 6° Concept2 Open Team Championship verrà assegnato un diploma di 1° Classificato.

Alla squadra vincitrice del C2 Open Team Championship verrà assegnata una coppa.

Le premiazioni di ciascuna gara verranno effettuate sul palco delle premiazioni **15 minuti dopo** la fine dell'ultima batteria di ogni categoria.

**Alla Società o Centro di appartenenza 1^ nella classifica a punti** verrà assegnata una Coppa .

In caso di controversie la decisione finale spetterà al comitato di gara.

### ALLEGATI:

Allegato "A" Modulo iscrizioni C2 Open Indoor Rowing Championship

Allegato "B" Modulo iscrizioni C2 Open Team Championship

Allegato "C" Modulo iscrizioni C2 Campionato Speciale

Allegato "D" Alberghi

Allegato "E" Tabelle Record Italiani e Open C2

**MODULO DI ISCRIZIONE INDIVIDUALE**  
**10° Concept2 Open Indoor Rowing Championship – 27 Novembre 2011**

Nome e Cognome		Data di Nascita	
Società / Centro Fitness		Età il 27 Novembre 2011	
Indirizzo abitazione			
Località		Prov.	CAP
Telefono		e-mail	

**BARRARE LA CASELLA DELLA PROPRIA CATEGORIA**  
 in base all'età il giorno 27 Novembre 2011 e al peso (**non più di una**)

<b>UOMINI ASSOLUTI</b> <input type="checkbox"/> dopo1999 M <input type="checkbox"/> 1999 M <input type="checkbox"/> 1998 M <input type="checkbox"/> 1997 M <input type="checkbox"/> 15-16 M <input type="checkbox"/> 17-19 M <input type="checkbox"/> 20-29 M <input type="checkbox"/> 30-39 M <input type="checkbox"/> 40-49 M <input type="checkbox"/> 50-59 M <input type="checkbox"/> 60-69 M <input type="checkbox"/> over70 M  <b>ADAPTIVE UOMINI</b> <input type="checkbox"/> AD LTA M <input type="checkbox"/> AD TA M <input type="checkbox"/> AD A M	<b>UOMINI PESI LEGGERI fino a 75 Kg</b> -- -- -- -- <input type="checkbox"/> 15-16 M PL <input type="checkbox"/> 17-19 M PL <input type="checkbox"/> 20-29 M PL <input type="checkbox"/> 30-39 M PL <input type="checkbox"/> 40-49 M PL <input type="checkbox"/> 50-59 M PL <input type="checkbox"/> 60-69 M PL <input type="checkbox"/> over70 M PL  <b>ADAPTIVE DONNE</b> <input type="checkbox"/> AD LTA F <input type="checkbox"/> AD TA F <input type="checkbox"/> AD A F	<b>DONNE ASSOLUTI</b> <input type="checkbox"/> dopo1999 F <input type="checkbox"/> 1999 F <input type="checkbox"/> 1998 F <input type="checkbox"/> 1997 F <input type="checkbox"/> 15-16 F <input type="checkbox"/> 17-19 F <input type="checkbox"/> 20-29 F <input type="checkbox"/> 30-39 F <input type="checkbox"/> 40-49 F <input type="checkbox"/> 50-59 F <input type="checkbox"/> 60-69 F <input type="checkbox"/> over70 F  <b>SPECIAL UOMINI</b> <input type="checkbox"/> SPEC M	<b>DONNE PESI LEGGERI fino a 61,5 Kg</b> -- -- -- -- <input type="checkbox"/> 15-16 F PL <input type="checkbox"/> 17-19 F PL <input type="checkbox"/> 20-29 F PL <input type="checkbox"/> 30-39 F PL <input type="checkbox"/> 40-49 F PL <input type="checkbox"/> 50-59 F PL <input type="checkbox"/> 60-69 F PL <input type="checkbox"/> over70 F PL  <b>SPECIAL DONNE</b> <input type="checkbox"/> SPEC F
---	---	--	--

<b>Tempo Finale Previsto</b>
Curriculum Sportivo e curiosità personali (per la cronaca della gara)

1. Le iscrizioni devono essere inviate alla Indoor Rowing S.r.l., Via degli Scaloni 45, 00060 Castelnuovo di Porto (RM) Tel. 06.90160034, fax. 06.90169140, email info@concept2.it entro le ore 24 di giovedì 17 novembre 2011.
2. Ogni partecipante dovrà essere obbligatoriamente munito di certificato per attività agonistica. In difetto, la partecipazione sarà vietata.
3. Il pagamento dovrà essere effettuato tramite bonifico bancario a INDOOR ROWING SRL (come da bando gara).
4. Se un atleta arriva in ritardo per la gara, non sarà possibile partecipare.
5. Per tutte le gare sui 2000 metri fa fede l'età il giorno della gara.
6. Le quote di iscrizione non sono rimborsabili
7. **IMPORTANTE:** Consiglio medico. Se il giorno della gara non vi sentite bene, o se avete avuto recentemente un virus, si consiglia di non partecipare. Una gara sui 2000 metri richiede uno sforzo massimale e gli organizzatori non accettano responsabilità per malattie o infortuni conseguenti.
8. Limiti di peso : Maschile fino a 75 kg, Femminile fino a 61.5 kg. (Partecipanti nella categoria pesi leggeri saranno pesati durante la mattinata di domenica 27 novembre, fino a 1 ora prima della gara).
9. Le gare saranno disputate su una sola prova. Per la graduatoria finale farà fede il tempo fatto registrare in gara.

Con la sottoscrizione della presente scheda di iscrizione dichiaro di conoscere e accettare integralmente il Bando dei C2 Open Indoor Rowing Championship, da intendere qui trascritto e parte integrante della presente scheda. Ai sensi della legge 31 dicembre 1996, n. 675 e, in particolare, degli art. 11 e 20, acconsento espressamente a che l'Organizzazione raccolga, utilizzi e/o diffonda i dati personali sopra dichiarati al fine, indicato a mero titolo esemplificativo e non limitativo, di formare l'elenco dei partecipanti alla gara, di redigere le classifiche ufficiali e, in genere, per tutte le operazioni presupposte e connesse alla partecipazione alla gara nonché per finalità promozionali, informative ovvero per l'invio di materiale redazionale. Mi riservo di consultare, modificare e/o cancellare i dati relativi alla mia persona come sopra dichiarati. Dichiaro di essere in condizioni fisiche idonee a sostenere il percorso figurativo di 2000 metri a mezzo del "Indoor Rower" e pertanto manlevo gli organizzatori Indoor Rowing s.r.l. da ogni responsabilità al riguardo.

<b>Luogo e data</b>	<b>Firma</b>
---------------------	--------------

**MODULO DI ISCRIZIONE SQUADRE**  
**6° Concept2 Open Team Championship – 27 Novembre 2011**  
**Gara a Staffetta su 2000 metri**

**Dati Riferimento Squadra**

Nome e Cognome (referente squadra)		Società / Centro Fitness	
Indirizzo Società			
Località		Prov.	CAP
Telefono		e-mail	

NOME SQUADRA (Sarà visibile sul maxischermo)

**BARRARE LA CASELLA DELLA CATEGORIA DELLA SQUADRA (non più di una)****MASCHILE**

- Under 18 Maschile  
 Assoluti Maschile  
 Pesì Leggeri Maschile

**FEMMINILE**

- Under 18 Femminile  
 Assoluti Femminile  
 Pesì Leggeri Femminile

**Componenti della Squadra**

1	Nome e Cognome	Data di Nascita
2	Nome e Cognome	Data di Nascita
3	Nome e Cognome	Data di Nascita
4	Nome e Cognome	Data di Nascita

1. Le iscrizioni devono essere inviate alla Indoor Rowing S.r.l., Via degli Scaloni 45, 00060 Castelnuovo di Porto (RM) Tel. 06.90160034, fax. 06.90169140, email info@concept2.it entro le ore 24 di giovedì 17 novembre 2011.
2. Ogni partecipante dovrà essere obbligatoriamente munito di certificato medico per attività agonistica. In difetto, la partecipazione sarà vietata.
3. Il pagamento dovrà essere effettuato tramite bonifico bancario a INDOOR ROWING SRL. (come da bando gara)
4. Se un atleta arriva in ritardo per la gara, non sarà possibile partecipare.
5. Per tutte le gare su 2000 metri fa fede l'età il giorno della gara.
6. Le quote di iscrizione non sono rimborsabili
7. **IMPORTANTE:** Consiglio medico. Se il giorno della gara non vi sentite bene, o se avete avuto recentemente un virus, si consiglia di non partecipare. Una gara richiede uno sforzo massimale e gli organizzatori non accettano responsabilità per malattie o infortuni conseguenti.
8. Le gare saranno disputate su una sola prova. Per la graduatoria finale farà fede il tempo fatto registrare in gara.

Con la sottoscrizione della presente scheda di iscrizione dichiaro di conoscere e accettare integralmente il Bando dei C2 Open Indoor Rowing Championship, da intendere qui trascritto e parte integrante della presente scheda. Ai sensi della legge 31 dicembre 1996, n. 675 e, in particolare, degli art. 11 e 20, acconsento espressamente a che l'Organizzazione raccolga, utilizzi e/o diffonda i dati personali sopra dichiarati al fine, indicato a mero titolo esemplificativo e non limitativo, di formare l'elenco dei partecipanti alla gara, di redigere le classifiche ufficiali e, in genere, per tutte le operazioni presupposte e connesse alla partecipazione alla gara nonché per finalità promozionali, informative ovvero per l'invio di materiale redazionale. Mi riservo di consultare, modificare e/o cancellare i dati relativi alla mia persona come sopra dichiarati. Dichiaro di essere in condizioni fisiche idonee a sostenere il percorso figurativo di 2000 metri a staffetta a mezzo del "Indoor Rower" e pertanto manlevo gli organizzatori Indoor Rowing s.r.l. da ogni responsabilità al riguardo.

**Luogo e data**

**Firma referente squadra**

**MODULO DI ISCRIZIONE SPECIALI**  
**7° Concept2 Campionato Speciale – 27 Novembre 2011**

Nome e Cognome		Data di Nascita	
Società / Centro Fitness	M	F	Età il 27 Novembre 2011
Indirizzo abitazione			
Località		Prov.	CAP
Telefono	e-mail		

1. Le iscrizioni devono essere inviate alla Indoor Rowing S.r.l., Via degli Scaloni 45, 00060 Castelnuovo di Porto (RM) Tel. 06.90160034, fax. 06.90169140, email info@concept2.it entro le ore 24 di giovedì 17 novembre 2011.
2. Ogni partecipante dovrà essere obbligatoriamente munito di certificato medico per attività agonistica. In difetto, la partecipazione sarà vietata.
3. Se un atleta arriva in ritardo per la gara, non sarà possibile partecipare.
4. Per tutte le gare su 1 minuto, per la categoria di età, fa fede l'età il giorno della gara.
5. Le quote di iscrizione non sono rimborsabili
6. **IMPORTANTE:** Consiglio medico. Se il giorno della gara non vi sentite bene, o se avete avuto recentemente un virus, si consiglia di non partecipare. Una gara di 1 minuto richiede uno sforzo notevole e gli organizzatori non accettano responsabilità per malattie o infortuni conseguenti.
7. La prova sarà disputata in una sola prova.
8. Ogni partecipante riceverà una medaglia e un diploma.

Con la sottoscrizione della presente scheda di iscrizione dichiaro di conoscere e accettare integralmente il Bando dei C2 Open Indoor Rowing Championship, da intendere qui trascritto e parte integrante della presente scheda. Ai sensi della legge 31 dicembre 1996, n. 675 e, in particolare, degli art. 11 e 20, acconsento espressamente a che l'Organizzazione raccolga, utilizzi e/o diffonda i dati personali sopra dichiarati al fine, indicato a mero titolo esemplificativo e non limitativo, di formare l'elenco dei partecipanti alla gara, di redigere le classifiche ufficiali e, in genere, per tutte le operazioni presupposte e connesse alla partecipazione alla gara nonché per finalità promozionali, informative ovvero per l'invio di materiale redazionale. Mi riservo di consultare, modificare e/o cancellare i dati relativi alla mia persona come sopra dichiarati. Dichiaro di essere in condizioni fisiche idonee a sostenere il percorso figurativo di 1 minuti a mezzo del "Indoor Rower" e pertanto manlevo gli organizzatori Indoor Rowing s.r.l. da ogni responsabilità al riguardo.

<b>Luogo e data</b>
---------------------

<b>Firma</b>
--------------

## **Alberghi**

### **All Seasons Garden & Leisure Hotel**

Via di Castel di Leva, 108, 00134 Roma; Italy – Tel 06-50595147

### **All Time Relais & Sport Hotel**

Via Domenico Jachino, 181, 00144 Roma; Italy – Tel 06-45449421

### **Shangri La Corsetti Hotel**

Via Algeria, 41, 00144 Roma; Italy - Tel. 06-5916441

### **Four Points by Sheraton Hotel**

Viale degli Eroi di Cefalonia, 301, 00128 Roma; Italy – Tel. 06-50834111

### **Eur Suite Hotel**

Via dei Prezzolini, 5, 00144 Roma; Italy – Tel. 06 – 50514028

### **Cris Colombo**

Via Cristoforo Colombo, 710, 00144 Roma; Italy – Tel 06 – 5921901

**INDOOR ROWING - Record Italiani Maschili m. 2000**

CATEGORIA	RECORD ITALIANO	RECORD OPEN C2 ITALIA
Ragazzi	6.11,0 Carlo Gomiero (Padova S.C.) S.Miniato 2005	=
Junior	5.56,8 Bruno Rosetti (Ravenna S.C.) La Spezia 2006	5.56,8 Bruno Rosetti (Ravenna S.C.) La Spezia 2006
Under 23	5.52,4 Francesco Fossi (Fiamme Gialle) Bari 2010	5.53,8 Paolo Loriato (Fiamme Gialle) Roma 2003
Under 23 PL	6.25,3 Andrea Caianiello (G.S. Polizia di Stato) Roma 2009	=
Open	5.48,0 Mario Palmisano (Can. Napoli) Birmingham (GB) 2002	5.51,0 Mario Palmisano (Can. Napoli) Roma 2003
Open PL	6.02,6 Elia Luini (A.S. Can. Gavirate) Roma 2004	6.02,6 Elia Luini (A.S. Can. Gavirate) Roma 2004
30-39	5.58,0 Carlo Mornati (C.C. Aniene Roma) Roma 2003	6.09,6 Gianluca Farina (S.C. Eridanea CR) Firenze 2001
30-39 PL	6.09,4 Filippo Mannucci (G.S. Forestale) Boston (USA) 2007	6.15,2 Fabio Calvelli (C.N. Salviano Livorno) Roma 2003
40-49	6.12,3 Roberto Blanda (C.C. Aniene Roma) Boston (USA) 2011	6.16,9 Gerard Fitzgerald (Mozzer's Irlanda) Roma 2007
40-49 PL	6.30,6 Riccardo Dezi (C.C. Aniene Roma) Boston (USA) 2001	6.34,3 Claudio Cecconi (Can. Sodini Nilo) Roma 2002
50-59	6.10,3 Michele Marullo (C.C. Aniene Roma) Boston (USA) 2011	6.27,3 Sergio Botti (Palestra Malibù Ascoli P.) Roma 2010
50-59 PL	6.38,3 Emanuele Romoli (Prosport Trento) Boston (USA) 2008	6.41,7 Emanuele Romoli (Prosport Trento) Pomezia 2008
60-69	6.59,0 Franco Alfonzetti (C.C. Velocior 1883) Parigi (F) 2011	7.03,6 Franco Alfonzetti (C.C. Velocior 1883) Roma 2010
60-69 PL	7.23,5 Peppe Manna (C.C. Napoli) Trento 2010	7.27,8 Peppe Manna (C.C. Napoli) Roma 2010
70-79	8.23,0 Mario Crispo (C.C. Aniene Roma) Roma 2009	8.37,3 Giovanni Battista Ciccu (Erg Team Roma) Roma 2010
70-79 PL	7.53,9 Franco Girardi (Prosport Trento) Pomezia 2008	7.53,9 Franco Girardi (Prosport Trento) Pomezia 2008

PL = Pesi Leggeri fino a 75 Kg.

Aggiornato al 01.09.2011

N.B. Per l'omologazione i record devono essere ottenuti durante la partecipazione a competizioni ufficiali realizzate con bando e programma gare Concept2 (e-row o Venue Race).

## INDOOR ROWING - Record Italiani Femminili m. 2000

CATEGORIA	RECORD ITALIANO	RECORD OPEN C2 ITALIA
Ragazze	7.13,4 Camilla Espana (Can. Firenze) Roma 2003	7.13,4 Camilla Espana (Can. Firenze) Roma 2003
Junior	6.57,6 Giada Colombo (Lombardia CM) Bari 2010	=
Under 23	7.00,0 Claudia Fascoli (C.U.S. Pavia) Roma 2002	7.00,0 Claudia Fascoli (C.U.S. Pavia) Roma 2002
Under 23 PL	7.37,0 Sabrina Nosedà (C.C. Lario) Roma 2009	=
19-29	6.54,1 Gabriella Bascelli (C.C. Lazio) Bari 2010	6.58,1 Erika Spinello (Fiamme Gialle) Roma 2004
19-29 PL	7.07,8 Laura Milani (Fiamme Gialle) Bari 2010	7.54,7 Alessandra Siano (Fit Village Roma) Roma 2003
30-39	7.29,5 Sabrina Gasperat (The North Wind Trento) Roma 2005	7.29,5 Sabrina Gasperat (The North Wind Trento) Roma 2005
30-39 PL	7.41,7 Valentina Pezzano (Rowing's Crew Roma) Roma 2010	7.41,7 Valentina Pezzano (Rowing's Crew Roma) Roma 2010
40-49	7.13,6 Elisabetta Introini (C.C. Aniene Roma) S.Miniato 2005	7.13,6 Elisabetta Introini (C.C. Aniene Roma) S.Miniato 2005
40-49 PL	7.43,0 Cristina Moccia (Rowing's Crew Roma) Pomezia 2008	7.43,0 Cristina Moccia (Rowing's Crew Roma) Pomezia 2008
50-59	7.58,8 Lorian Bigatti (Rowing's Crew Roma) Roma 2010	7.28,9 Anna Bailey (Gran Bretagna) Roma 2005
50-59 PL	8.25,2 Carola Garagnani (C.C. Aniene Roma) Roma 2009	8.27,1 Neda Amadio (Gymnasium Colleferro RM) Roma 2007
60-69	8.31,7 Noralee Minucci (R.C.C. Tevere Remo) Roma 2004	8.31,7 Noralee Minucci (R.C.C. Tevere Remo) Roma 2004
60-69 PL	9.18,2 Paola Trentini (Prosport Trento) Amsterdam (NL) 2004	9.29,4 Paola Trentini (Prosport Trento) La Spezia 2006
70-79 PL	9.46,5 Paola Trentini (Prosport Trento) Trento 2009	9.50,3 Paola Trentini (Prosport Trento) Pomezia 2008

PL = Pesi Leggeri fino a 61,5 Kg.

Aggiornato al 01.09.2011

N.B. Per l'omologazione i record devono essere ottenuti durante la partecipazione a competizioni ufficiali realizzate con bando e programma gare Concept2 (e-row o Venue Race).