

Nuoto pinnato

Disciplina sportiva nata come risposta dell'uomo all'esigenza di controllare l'ambiente acquatico, utilizzando la forza propulsiva degli arti inferiori.

Inizialmente si utilizzavano le classiche pinne per massimizzare la spinta. Negli anni '50 c'è stata la svolta "agonistica" per questa attività sportiva.

La nascita ufficiale del nuoto pinnato si fa risalire al 1969, in occasione degli europei di Locarno (Svizzera), durante i quali si utilizzò la "monopinna", emblema moderno di questa disciplina.

Con una sola pinna è stata introdotta una nuova tecnica di nuoto che fa assomigliare il nuotatore ad un delfino: andamento sinusoidale con le braccia ferme e distese sopra la testa. Un tubo sopra la fronte del nuotatore permette di respirare mantenendo la testa ferma sott'acqua.

Le gare in piscina prevedono competizioni sulle distanze che vanno dai 50 ai 1500 metri in superficie e competizioni che vanno dai 50 apnea e dai 100 metri agli 800 metri con l'utilizzo della bombola.

Le gare in acque libere di fondo e gran fondo, disputate in mare, fiumi, laghi, prevedono distanze che vanno dai metri 3000 ai metri 8000 ed oltre.

09/06/2009