COMITATO
REGIONALE
LAZIO

PIAZZA LAURO DE BOSIS, 3 - 00135 ROMA - TEL. 06/36.00.08.40 (R.A. 5 linee) - FAX 06/32.42.383

NUOTO – PALLANUOTO – TUFFI – SALVAMENTO – SINCRONIZZATO

COMUNICATO N° 54/2017

Roma, 15 Dicembre 2017

Alle Società ed Enti Interessati

OGGETTO: Campionato Regionale Invernale di Nuoto per Salvamento Cat. Es/A e Cat. Ragazzi - Civitavecchia 14 Gennaio 2018 -

Il Comitato Regionale Lazio indice ed organizza i Campionati in oggetto.

Le iscrizioni dovranno essere effettuate dovranno essere effettuate on-line entro il 7 Gennaio 2018. La tassa di iscrizione è di € 12.00 ad Atleta e di € 12.50 a staffetta.

- ✓ La categoria Ragazzi effettuerà due prove individuali nella sessione mattutina e 4 prove individuali e due staffette in quella pomeridiana.
- ✓ Il Campionato Esordienti A si effettuerà nella sola sessione pomeridiana

CAMPO GARA

PALAENEL – MARCO GALLI (Vasca da 50 mt.)

Viale Lazio – Loc. San Gordiano - Civitavecchia

PROGRAMMA DI MASSIMA

Domenica 14 Gennaio 2018

Ore 10.15	Riscaldamento (appena disponibile impianto)		
ore 10.40	Termine del riscaldamento		
ore 10.45	Inizio gare		
a seguire	Trasporto pinne e torpedo 100mt	F/M	Rag
a seguire	Trasporto Manichino 50mt	F/M	Rag

./.

Domenica 14 Gennaio 2018

Ore 14.30	Riscaldamento		
ore 14.55	Termine del riscaldamento		
ore 15.00	Nuoto con ostacoli 50mt e 200mt	F/M	ES/A - Rag
a seguire	Staffetta 4x50mt con ostacoli	F/M	ES/A - Rag
a seguire	Trasporto pinne e torpedo 100mt	F/M	ES/A
a seguire	Percorso misto	F/M	Rag
a seguire	Trasporto Manichino Pinne 50mt e 100mt	F/M	ES/A - Rag
a seguire	Trasporto Manichino 50mt	F/M	ES/A
a seguire	Superlife Saver 200mt	F/M	Rag
a seguire	Staffetta 4x25mt Manichino	F/M	ES/A - Rag
a seguire	Staffetta 4x50mt Mista	F/M	ES/A - Rag

N.B. Nelle gare Trasporto Manichino con Pinne e Torpedo e 200 Super Life Saver per ottimizzare i tempi è prevista la doppia partenza.

Le premiazioni si effettueranno durante le prove di gara.

Il Comitato Regionale Lazio si riserva di modificare l'orario in base al numero degli iscritti e di unificare le batterie per categorie e sesso.

Cordiali Saluti.

IL PRESIDENTE
Dott. Gianpiero Mauretti