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° 189/2018

Roma, 11 Giugno 2018

Alle Società ed Enti Interessati

OGGETTO: **Nuoto per Salvamento.**
Campionato Regionale Estivo cat. Assoluta e cat. ES/A.

24 Giugno 2018 - Civitavecchia

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

Le iscrizioni dovranno essere effettuate **on-line entro il 17 Giugno 2018** con la tassa di iscrizione di **€ 12.00 ad atleta e € 12.00 per staffetta.**

CAMPO GARA

Palaenel (Vasca da 50 mt.)

Viale Lazio

Località San Gordiano

Civitavecchia

PROGRAMMA DI MASSIMA

Domenica 24 Giugno 2018

Ore 7'50 Riscaldamento
ore 8'25 Fine riscaldamento

a seguire Nuoto con Ostacoli 50 mt. - 200 mt.	F/M ES/A - ASS
a seguire Staffetta 4 x 50 Ostacoli	F/M ES/A - ASS
a seguire Percorso Misto 100 mt.	F/M ASS
a seguire Trasporto pinne e Torpedo 100 mt.	F/M ES/A - ASS
a seguire Staffetta 4 x 50 Mista	F/M ES/A - ASS
a seguire Staffetta 4 x 25 Manichino	F/M ES/A - ASS

./.

Seduta pomeridiana

Ore 14’25 Riscaldamento
Ore 15.00 Termine riscaldamento

a seguire Trasporto Manichino Pinne 100 mt - 50 mt.	F/M	ASS – ES/A
a seguire Trasporto Manichino 50 mt.	F/M	ASS – ES/A
a seguire Superlife Saver 200 mt.	F/M	ASS

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