

COMUNICATO N° 01/2023

Roma, 6 Ottobre 2023

 Alle Società ed Enti Interessati
 ~~~~~

Oggetto: **FONDO**  
**Progetto Open Water Lazio**

Il Comitato Regionale Lazio, volendo dare seguito al “Progetto fondo open water Lazio”, iniziato a giugno della scorsa stagione agonistica, ripropone lo stesso progetto anche per la stagione entrante, calendarizzando allenamenti collegiali anche in vasca, e dando così modo ai ragazzi di allenarsi insieme, aumentando le conoscenze tecniche e metodologiche del settore.

I raduni saranno anche momento di incontro, confronto e approfondimento metodologico per tutti i Tecnici che vorranno partecipare.

Il primo appuntamento è presso il Centro Federale di Ostia in data 28/29 ottobre p.v.:

#### **Centro Federale di Ostia**

- **Sabato 28/10/23** allenamento in vasca alle ore 17.00  
 Al termine breve incontro con tecnici ed atleti per informazioni sui nuovi regolamenti gara del settore e sui criteri di selezione per le gare internazionali.
- **Domenica 29/10/23** allenamento in vasca alle ore 9.30 e alle ore 16.00  
 Nell’ intervallo tra gli allenamenti della domenica si terrà una riunione tecnica con oggetto: “La costruzione e l’evoluzione dell’atleta con caratteristiche da fondista dai 1500 in vasca all’ open water”, riservata a tutti i Tecnici.

Gli incontri successivi saranno calendarizzati di volta in volta compatibilmente con il calendario gare regionali e la disponibilità degli impianti ma possibilmente con cadenza mensile.

Responsabile del progetto sarà il Tecnico Roberto Marinelli (Responsabile delle Nazionali Giovanili di nuoto di fondo).

Con l’impegno a creare sempre più frequentemente momenti di crescita e di confronto per tutte componenti delle Società della nostra regione, Vi invitiamo a dare conferma di partecipazione all’indirizzo mail [segreteria.crlazio@federnuoto.it](mailto:segreteria.crlazio@federnuoto.it).

Cordiali saluti.

**IL PRESIDENTE**  
 Dott. Gianpiero Mauretti