

PIAZZA LAURO DE BOSIS, 3 - 00135 ROMA - TEL. 06/36.00.08.40

NUOTO – PALLANUOTO – TUFFI – NUOTO PER SALVAMENTO – NUOTO ARTISTICO

COMUNICATO N° 06/2026

Roma, 19 Ottobre 2026

Alle Società ed Enti Interessati

~~~~~

**OGGETTO: NUOTO PER SALVAMENTO**

Manifestazione Regionale Invernale Lifesaving – Prova Tempi  
cat. Ass – Es.A ~ Es.B

**15 Novembre 2026**  
**Impianto Foro Italico**  
**P.zza Lauro De Bosis, 3 – Roma**

Il Comitato Regionale Lazio indice ed organizza la Manifestazione in oggetto indicata.

Numero massimo di iscrizioni ad atleta:

- Per la cat. Assoluti massimo di TRE (N.3) gare individuali;
- Per la cat. Es.A massimo TRE (N.3) gare individuali.
- Per la cat. Es.B massimo DUE (N.2) gare individuali.

Iscrizioni:

Dovranno essere effettuate on-line entro le ore 23.45 di Giovedì 5 Novembre 2026

N.B. Verranno creati 3 eventi della stessa Manifestazione per la cat. Assoluta e per le cat. Es/A e Es/B per agevolare l'iscrizione alle gare degli Esordienti nella categoria di appartenenza. L'ordine delle gare sarà quello riportato nel programma sottostante.

Tassa di iscrizione di € 15,00 ad atleta.

./.

## Programma Gare

### **Domenica 15 novembre 2026**

|           |                                     |                    |     |
|-----------|-------------------------------------|--------------------|-----|
| ore 08.15 | Riscaldamento                       |                    |     |
| ore 08.45 | Fine del riscaldamento              |                    |     |
| a seguire | 200mt-100mt-50mt Nuoto con ostacoli | Ass. – Es.A ~ Es.B | F/M |
| a seguire | 100mt Manichino con pinne e Torpedo | Ass. – Es.A        | F/M |
| a seguire | 50mt Gara con Pinne in emersione    | Es.B               | F/M |
| a seguire | 100mt percorso misto                | Ass. – Es.A        | F/M |
| a seguire | 100mt Misto Lifesaver               | Ass.               | F/M |

### **Domenica 15 novembre 2026**

|           |                                 |              |     |
|-----------|---------------------------------|--------------|-----|
| ore 14.15 | Riscaldamento                   |              |     |
| ore 14.45 | Fine del riscaldamento          |              |     |
| a seguire | 100mt trasporto manichino pinne | Es.A. ~ Ass. | F/M |
| a seguire | 50mt Trasporto Manichino        | Es.A. ~ Ass. | F/M |
| a seguire | 200mt Super LifeSaver           | Es.A. ~ Ass. | F/M |

**Il Comitato si riserva di modificare l'orario in base al numero degli iscritti.**

Cordiali saluti.

**IL PRESIDENTE**  
Dott. Gianpiero Mauretti