

COMUNICATO N° 66/2016

Roma, 22 Dicembre 2016

Alle Società ed Enti Interessati
~~~~~

**OGGETTO: Campionato Regionale Invernale di Nuoto per Salvamento Categ. ES/B e Prova Tempi Assoluta ~15 Gennaio 2016**

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

Le iscrizioni dovranno essere effettuate on-line entro il 8 Gennaio 2017 con la tassa di iscrizione di € 12.00 ad atleta e € 10.00 per staffetta.

- |                            |          |
|----------------------------|----------|
| ▪ Nuoto con ostacoli 50 mt | F/M ES/B |
| ▪ Staffetta con ostacoli   | F/M ES/B |
| ▪ Trasporto Manichino 50mt | F/M ES/B |
| ▪ Staffetta Manichino      | F/M ES/B |

**PROVA TEMPI**

- |                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| ▪ Nuoto con ostacoli mt 100- mt 200       | F/M |
| ▪ Trasporto Manichino con Pinne e Torpedo | F/M |
| ▪ Percorso Misto                          | F/M |
| ▪ Trasporto Manichino con Pinne           | F/M |
| ▪ Trasporto Manichino                     | F/M |
| ▪ Superlife Saver                         |     |

**CAMPO GARA:**

Emmeci Sport

Via Pellaro, 1

Roma

./.

## PROGRAMMA DI MASSIMA

### **Domenica 15 Gennaio 2017**

|           |                             |          |
|-----------|-----------------------------|----------|
| Ore 08.00 | Riscaldamento               |          |
| ore 08.30 | Nuoto con ostacoli          | F/M ES/B |
| a seguire | Staffetta 4x50 con ostacoli | F/M ES/B |
| a seguire | Trasporto Manichino         | F/M ES/B |
| a seguire | Staffetta 4x25 Manichino    | F/M ES/B |

### **Domenica 15 Gennaio 2017**

|           |                           |     |
|-----------|---------------------------|-----|
| ore 10.00 | Riscaldamento             |     |
| ore 10.30 | Nuoto con ostacoli        | ASS |
| a seguire | Manichino pinne e torpedo | ASS |
| a seguire | Percorso misto            | ASS |
| a seguire | Trasporto Manichino Pinne | ASS |
| a seguire | Trasporto Manichino       | ASS |
| a seguire | Superlife Saver           | ASS |

## NOTA – PROVA TEMPI

Per la categoria Ragazzi, verrà effettuato anche il cronometraggio al “passaggio” dei 100 con ostacoli.

**Si invitano le Società ad iscrivere esclusivamente atleti che realmente hanno la possibilità di conseguire i tempi limite per l’ammissione ai prossimi Campionati Regionali Assoluti e/o prossimi Campionati Italiani di Categoria.**

Sono tassativamente esclusi dalla gara tutti coloro che hanno ottenuto il “tempo limite” nelle precedenti Manifestazioni dell’anno, pena la mora di € 12,00 atleta 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