

COMUNICATO N° 63/2019

Roma, 7 Gennaio 2019

Alle Società ed Enti Interessati
~~~~~

**OGGETTO: Campionato Regionale Invernale di Nuoto per Salvamento Cat. Es/A e Cat. Ragazzi - Civitavecchia 27 Gennaio 2019 -**

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

Le iscrizioni dovranno essere effettuate dovranno essere effettuate on-line entro il 20 Gennaio 2019. La tassa di iscrizione è di € 10.00 ad Atleta e per ogni staffetta.

- ✓ La categoria Ragazzi effettuerà due prove individuali nella sessione mattutina e 4 prove individuali e 3 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 27 Gennaio 2019**

Ore 10.20 Riscaldamento (appena disponibile impianto)

ore 10.45 Termine del riscaldamento

ore 10.50 Inizio gare

a seguire Trasporto pinne e torpedo 100mt

F/M Rag

a seguire Trasporto Manichino 50mt

F/M Rag

./.

## Domenica 27 Gennaio 2019

|           |                                        |     |            |
|-----------|----------------------------------------|-----|------------|
| Ore 14.30 | Riscaldamento                          |     |            |
| ore 14.55 | Termine del riscaldamento              |     |            |
| ore 15.00 | Nuoto con ostacoli 50mt e 100 mt       | 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