

COMUNICATO N° 100 /2021

Roma, 18 Marzo 2021

Alle Società ed Enti Interessati
 ~~~~~

**OGGETTO: Nuoto per Salvamento.  
 Qualificazioni Campionati Italiani Estivi di Categoria Lifesaving  
 Ragazzi - Junior - Cadetti e Senior.**

**Civitavecchia 11 aprile 2021**

Il Comitato Regionale Lazio indice ed organizza il Campionato in oggetto.  
 Le iscrizioni dovranno essere effettuate **on-line entro le ore 23.45 di  
 Mercoledì 31 Marzo 2021**, con la tassa di iscrizione di € 10,00 ad atleta.

**REGOLAMENTO TECNICO: (vedi Regolamento Tecnico 2020-2021)**

- 100mt ~ 200 mt Nuoto con ostacoli
- 100mt Trasporto Manichino con pinne e Torpedo
- 100mt Percorso misto
- 100mt Trasporto Manichino con pinne
- 50mt Trasporto Manichino
- 200mt Super Life Saver

**CAMPO GARA**

Stadio del Nuoto di Civitavecchia

Viale Lazio – Loc. San Gordiano - Civitavecchia

. / .

## Programma Gare

**Domenica 11 aprile 2021**

|           |                                         |   |         |
|-----------|-----------------------------------------|---|---------|
| ore 08.00 | Riscaldamento Maschile                  |   |         |
| ore 08.30 | Fine del riscaldamento                  |   |         |
| a seguire | Nuoto con ostacoli                      | M | R/J/C/S |
| a seguire | Percorso misto                          | M | R/J/C/S |
| a seguire | Trasporto Manichino con pinne e Torpedo | M | R/J/C/S |
|           |                                         |   |         |
| ore 10.15 | Riscaldamento Femminile                 |   |         |
| ore 10.45 | Fine del riscaldamento                  |   |         |
| a seguire | Nuoto con ostacoli                      | F | R/J/C/S |
| a seguire | Percorso misto                          | F | R/J/C/S |
| a seguire | Trasporto Manichino con pinne e Torpedo | F | R/J/C/S |

### Sedute Pomeridiane

|           |                               |   |         |
|-----------|-------------------------------|---|---------|
| ore 14.30 | Riscaldamento Maschile        |   |         |
| ore 15.00 | Fine riscaldamento            |   |         |
| a seguire | Trasporto manichino con pinne | M | R/J/C/S |
| a seguire | Percorso manichino            | M | R/J/C/S |
| a seguire | Super Life Saver              | M | R/J/C/S |
|           |                               |   |         |
| ore 17.00 | Riscaldamento Femminile       |   |         |
| ore 17.30 | Fine riscaldamento            |   |         |
| a seguire | Trasporto manichino con pinne | F | R/J/C/S |
| a seguire | Percorso manichino            | F | R/J/C/S |
| a seguire | Super Life Saver              | F | R/J/C/S |

### ASSENZE

Gli assenti dovranno essere comunicati 30 minuti prima dell'inizio della gara.

**Il programma potrà subire delle variazioni sulla base di eventuali adattamenti che si riterranno opportuni per il rispetto delle normative anti-Covid e/o successivi provvedimenti Governativi e/o Federali**

Cordiali saluti.

IL PRESIDENTE  
Dott. Gianpiero Mauretti

Allegati: