

**COMUNICATO N° 50/2022**

Roma, 21/12/2022

Alle Società ed Enti Interessati  
 ~~~~~

**OGGETTO: Nuoto per Salvamento.**  
**Manifestazione Regionale invernale Lifesaving cat. Ass – Es.A.**  
**Civitavecchia 15 gennaio 2023.**

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

Numero massimo di iscrizioni ad atleta:

- Per la cat. Assoluti massimo di due (n.2) gare individuali;
- Per la cat. Es.A massimo quattro (n.4) gare individuali.

Le iscrizioni dovranno essere effettuate on-line entro le ore 23.45 del giorno 8 Gennaio 2023. Non saranno accettate richieste successive alla data di scadenza. Tassa di iscrizione di € 10,00 ad atleta.

Programma Gare

**Domenica 15 Gennaio 2023**

|           |                                     |             |     |
|-----------|-------------------------------------|-------------|-----|
| ore 08.30 | Riscaldamento                       |             |     |
| ore 09.00 | Fine del riscaldamento              |             |     |
| a seguire | 100mt-200mt Nuoto con ostacoli      | Ass. - Es.A | F/M |
| a seguire | 100mt percorso misto                | Ass.        | F/M |
| a seguire | 100mt Manichino con pinne e Torpedo | Es.A - Ass. | F/M |
| a seguire | 100mt Trasporto Manichino           | Ass.        | F/M |

**Domenica 15 Gennaio 2023**

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

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

Cordiali saluti.

**IL PRESIDENTE**  
 Dott. Gianpiero Mauretti