

COMUNICATO N° 135/2023

Roma, 30 Marzo 2023

Alle Società ed Enti Interessati
 ~~~~~

**OGGETTO: Nuoto per Salvamento.**  
**Camp. Regionale estivo Lifesaving cat. Es/A-Rag-Jun-Cad-Sen.**  
**Civitavecchia 29 – 30 Aprile 2023**

Il Comitato Regionale Lazio F.I.N. indice ed organizza il Campionato in oggetto.

Le iscrizioni dovranno essere effettuate on line inderogabilmente entro le ore 23.45 di Mercoledì 19 Aprile 2023.

NON verranno accettate richieste di iscrizioni o variazioni gare successive alla data di scadenza.

Tassa gara: € 10,00 ad atleta.

Programma Gare

**Sabato 29 aprile 2023 ~ (solo cat. Rag-Jun-Cad-Sen) ~**

|           |                               |         |     |
|-----------|-------------------------------|---------|-----|
| ore 15.15 | Riscaldamento                 |         |     |
| ore 15.45 | Fine del riscaldamento        |         |     |
| a seguire | 50mt Trasporto Manichino      | R-J-C-S | F/M |
| a seguire | 200mt Super LifeSaver         | R-J-C-S | F/M |
| a seguire | 100mt Trasporto Manichino     | J-C-S   | F/M |
| a seguire | Staffetta 4x25 manichino      | R-J-C-S | F/M |
| a seguire | staffetta 4x50 pool lifesaver | R-J-C-S | F/M |
| a seguire | Staffetta 4x50 mista          | R-J-C-S | F/M |

**Domenica 30 aprile 2023 ~ (tutte le categorie) ~**

|           |                                     |             |     |
|-----------|-------------------------------------|-------------|-----|
| ore 08.45 | Riscaldamento                       |             |     |
| ore 09.10 | Fine del riscaldamento              |             |     |
| a seguire | 100mt-200mt Nuoto con ostacoli      | Es./R/J/C/S | F/M |
| a seguire | staffetta 4x50 sl sottopassaggi     | Es./R/J/C/S | F/M |
| a seguire | 100mt Manichino con pinne e Torpedo | Es./R/J/C/S | F/M |
| a seguire | Staffetta 4x25 manichino            | Es.         | F/M |

./.

Domenica 30 aprile 2023 ~ (tutte le categorie) ~

|           |                                 |          |     |
|-----------|---------------------------------|----------|-----|
| ore 14.15 | Riscaldamento                   |          |     |
| ore 14.40 | Fine del riscaldamento          |          |     |
| a seguire | 50mt trasporto manichino        | Es.      | F/M |
| a seguire | 100mt percorso misto            | R-J-C-S  | F/M |
| a seguire | 50mt trasporto manichino pinne  | Es.      | F/M |
| a seguire | 100mt trasporto manichino pinne | R-J-C-S  | F/M |
| a seguire | staffetta 4x50mt mista          | solo Es. | F/M |

### PREMIAZIONI

Non sono previste premiazioni per le staffette cat. J/C/S. Saranno premiati con Medaglie i primi 3 classificati delle gare individuali in ogni categoria.

Cordiali saluti.

IL PRESIDENTE  
Dott. Gianpiero Mauretti