



Amici del Nuoto
Associazione Sportiva Dilettantistica

WWW.CNAT99.IT
info@cnat99.it

P.I. 01901680544
Codice F.I.N. 267684

Comunicato:

A tutte le società partecipanti al XXV° Meeting Tifernum Tiberinum

Qui di seguito inviamo la sequenza gare con gli orari di riscaldamento ed inizio gare.

Per il riscaldamento la vasca sarà a disposizione un'ora prima dell'inizio gare, verrà suddiviso in 25' minuti femmine e 25' minuti maschi.

Ricordiamo che la vasca da 25 metri interna sarà sempre a disposizione durante tutta la durata del meeting

Grazie a tutti.

C.N.A.T. 99'

TURNI GARA

<p>TURNO VEN. MATTINA</p> <p>Riscaldamento ore 8:00-8:50</p> <p>Inizio gare ore 9:00</p> <p>800 SL</p> <p>1500 SL</p> <p>1500 SL F (prova didattica)</p>	<p>TURNO VEN. POMERIGGIO</p> <p>Riscaldamento ore 13:30-14:20</p> <p>Inizio gare ore 14:30</p> <p>100 SL F B</p> <p>100 SL M B</p> <p>200 DO F</p> <p>200 DO M</p> <p>200 RA F</p> <p>200 RA M</p> <p>50 DO ES B F</p> <p>50 DO ES B M</p> <p>100 FA F</p> <p>100 FA M</p>
<p>TURNO SAB. MATTINA</p> <p>Riscaldamento ore 7:30-8:20</p> <p>Inizio gare ore 8:30</p> <p>100 RA F</p> <p>100 RA M</p> <p>50 SL ASS F</p> <p>50 SL ASS M</p> <p>50 SL ES B F</p> <p>50 SL ES B M</p> <p>50 DO F</p> <p>50 DO M</p> <p>50 FA ES B F</p> <p>50 FA ES B M</p> <p>200 FA F</p> <p>200 FA M</p>	<p>TURNO SAB. POMERIGGIO</p> <p>Riscaldamento ore 13:30-14:20</p> <p>Inizio gare ore 14:30</p> <p>50 RA ES B F</p> <p>50 RA ES B M</p> <p>50 RA F</p> <p>50 RA M</p> <p>200 SL F</p> <p>200 SL M</p> <p>4X50 SL ES B F</p> <p>4X50 SL ES B M</p> <p>FINALI 50 STILE</p>
<p>TURNO DOM. MATTINA</p> <p>Riscaldamento ore 7:30-8:20</p> <p>Inizio gare ore 8:30</p> <p>100 DO F</p> <p>100 DO M</p> <p>200 MIX F</p> <p>200 MIX M</p> <p>50 FA F</p> <p>50 FA M</p> <p>400 SL F</p> <p>400 SL M</p>	<p>TURNO DOM. POMERIGGIO</p> <p>Riscaldamento ore 13:30-14:20</p> <p>Inizio gare ore 14:30</p> <p>400 MIX F</p> <p>400 MIX M</p> <p>100 SL F</p> <p>100 SL M</p> <p>4X50 SL F/M</p> <p>1500 SL F</p> <p>800 SL M</p> <p>PREMIAZIONI</p>