

## REGOLAMENTO ATTIVITA' ESORDIENTI REGIONALE 2014-15

L'attività esordienti si svolgerà in 2 manifestazioni Provinciali (Perugia -Terni) con il programma completo suddiviso in tre giornate per ciascuna manifestazione.

**Rammentiamo che la partecipazione alla Fase Regionale serve per la qualificazione alle Finali Reg.li Es "A" e Es "B"**

La categoria esordienti "B" maschi e femmine effettueranno le gare di mattina mentre la categoria esordienti "A" di pomeriggio come da programma allegato.

Per la partecipazione ai campionati Reg. Estivi E/A-E/B, saranno presi in considerazione soltanto i tempi ottenuti nell'ambito delle 2 manifestazioni Provinciali Esordienti.

### PARTECIPAZIONE

1. Nelle manifestazioni Provinciali ogni atleta potrà partecipare a **2 gare** per giornata per un massimo di **6** nell'arco di ciascuna manifestazione **più una staffetta**. Ogni società potrà iscrivere **solo una** staffetta per stile e per sesso per giornata.
2. Le staffette della categoria E/A **non** potranno essere completate con concorrenti appartenenti alla cat. E/B.
3. In tutte le manifestazioni sarà valida una sola partenza.
4. **RISCALDAMENTO:**
  - **Per la provincia di Perugia:** per le Cat. Es A-B la vasca sarà disposta  $\frac{3}{4}$  d'ora prima dell'inizio gare.
  - **Per la provincia di Terni:** le società saranno divise in 2 turni per il riscaldamento. (i nominativi delle società saranno comunicati in seguito)

### Programma Esordienti "B" inizio gare ore 9:30

**Impianti:**

**PERUGIA** presso la Piscina comunale di Bastia U. - Pellini

**TERNI** presso la piscina Viale di Trieste e la Piscina dello Stadio

<b>1° GIORNATA</b> <b>09/11/14 - 15/02/15</b>	<b>2° GIORNATA</b> <b>14/12/14 - 15/03/15</b>	<b>3° GIORNATA</b> <b>25/01/15 - 19/04/15</b>
200 SL F-M	400 SL F-M	100 SL F-M
100 DO F-M	100 FA F-M	200 MX F-M
200 RA F-M	100 RA F-M	200 DO F-M
50 FA F-M	4 x 50 SL MASC	4 x 50 MX F-M
4 x 50 SL FEMM		

### Programma Esordienti "A" inizio gare ore 15:30

<b>1° GIORNATA</b> <b>09/11/14 - 15/02/15</b>	<b>2° GIORNATA</b> <b>09/11/14 - 15/02/15</b>	<b>3° GIORNATA</b> <b>25/01/15 - 19/04/15</b>
400 sl femm.	200 do femm	200 fa masch
400 sl masch	200 do masch	200 fa femm
100 ra femm	200 ra femm	100 do masch
100 ra masch	200 ra masch	100 do femm
100 fa femm	100 sl femm	100 sl masch
100 fa masch	200 sl masch	200 sl femm
400 mx femm	200 mx femm	1500 sl masch
400 mx masch	200 mx masch	4 x 100 mx femm
4 x 100 sl femm	800 sl femm	4 x 100 mx masch
4 x 100 sl masch		