

## **DETTAGLIO ORARIO** **SUMMER SPRINT ESORDIENTI A e B 2024**

Si svolgerà il giorno **10 LUGLIO 2024** presso la piscina della società *La Masseria Swim Club*, 6 corsie Scoperta - sita in via Costantinopoli 171/B - Piazzolladi Nola – NOLA

### **PROGRAMMA GARE**

#### **PRIMA PARTE**

**RISCALDAMENTO FEMMINE ESORDIENTI A e B DALLE 8.15 ALLE 8.30**

**RISCALDAMENTO MASCHILE ESORDIENTI A e B DALLE 8.30 ALLE 8.45**

**INIZIO GARE 8.55**

- STAFFETTA 4X50 STILE ESORDIENTI "A" FEMMINE E MASCHI
- 50 DORSO ES. B F/M – 50 DORSO ES. A F/M
- 50 FARFALLA ES. B F/M – 50 FARFALLA ES. A F/M
- STAFFETTA 4X50 STILE ESORDIENTI "B" FEMMINE E MASCHI

#### **SECONDA PARTE**

**RISCALDAMENTO FEMMINE ESORDIENTI A e B DALLE 10.50 ALLE 11.05**

**RISCALDAMENTO MASCHILE ESORDIENTI A e B DALLE 11.05 ALLE 11.20**

**INIZIO GARE 11.30**

- 50 RANA ES. B F/M – 50 RANA ES. A F/M – 50 STILE ES. B F/M – 50 STILE ES. A F/M
- STAFFETTONE 8X50 STILE
- COMPOSIZIONE: 2 ES. B FEMMINE + 2 ES. B MASCHI + 2 ES. A FEMMINE + 2 ES. A MASCHI)

## **INDICAZIONI IMPIANTO :**

- *Tecnici , atleti e genitori dovranno rispettare il dettaglio orario in modo scrupoloso.*
- *La struttura dispone di un parco verde molto ampio dove le societa' ma anche i genitori potranno accomodarsi sul prato e mettersi comodi.*
- *E' fatto divieto dell'utilizzo di sigarette e tutto quello che puo' essere infiammabile*
- *Gli atleti potranno cambiarsi al bordo vasca utilizzando le cabine esterne*
- *Docce esterne calde libere*
- *La struttura e' provvista di Ristorante e Bar*
- *Parcheggio a pagamento euro 2*

**SETTORE NUOTO**