

## FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO COMITATO REGIONALE CAMPANO

### CAMPIONATO REGIONALE MASTER CAMPANIA NAPOLI 5-19 FEBBRAIO 2023

**TIMING SECONDA GIORNATA REGIONALI MASTER 2023**  
**CASERTA 12 FEBBRAIO 2023**

**I tempi e le durate previste sono solo indicative. La loro correttezza dipende dai tempi di iscrizione dichiarati e dalla precisione degli intervalli tra le varie serie, oltre che dal numero di assenze (nei calcoli successivi è stato calcolato il 5% di assenze).**

**Si invitano gli atleti ad effettuare solo il riscaldamento di pertinenza delle gare che vengono svolte subito dopo ciascun riscaldamento.**

|                              |                  |                      |                                 |
|------------------------------|------------------|----------------------|---------------------------------|
| <b>RISCALDAMENTO MASCHI</b>  | <b>ore 8,00</b>  |                      |                                 |
| <b>RISCALDAMENTO FEMMINE</b> | <b>ore 8,20</b>  |                      |                                 |
| <b>INIZIO GARE</b>           | <b>ore 8,45</b>  |                      |                                 |
| 50 farfalla                  | N° serie 14      | durata prevista 0,20 | ora inizio 8,45 ora fine 9,05   |
| 50 dorso                     | N° serie 17      | durata prevista 0,26 | ora inizio 9,06 ora fine 9,32   |
| 50 rana                      | N° serie 23      | durata prevista 0,35 | ora inizio 9,33 ora fine 10,08  |
| 50 stile libero              | N° serie 43      | durata prevista 0,57 | ora inizio 10,09 ora fine 11,06 |
| <br>                         |                  |                      |                                 |
| <b>RISCALDAMENTO</b>         | <b>ore 11,05</b> |                      |                                 |
| <b>INIZIO GARE</b>           | <b>ore 11,20</b> |                      |                                 |
| 400 stile libero             | N° serie 14      | durata prevista 1,43 | ora inizio 11,20 ora fine 13,0  |
| <br>                         |                  |                      |                                 |
| <b>RISCALDAMENTO</b>         | <b>ore 13,05</b> |                      |                                 |
| <b>INIZIO GARE</b>           | <b>ore 13,20</b> |                      |                                 |
| 200 misti                    | N° serie 5       | durata prevista 0,24 | ora inizio 13,20 ora fine 13,44 |
| 200 farfalla                 | N° serie 1       | durata prevista 0,05 | ora inizio 13,45 ora fine 13,50 |
| 200 dorso                    | N° serie 5       | durata prevista 0,24 | ora inizio 13,51 ora fine 14,15 |

### **PAUSA PRANZO**

|                      |                  |                      |                                 |
|----------------------|------------------|----------------------|---------------------------------|
| <b>RISCALDAMENTO</b> | <b>ore 15,30</b> |                      |                                 |
| <b>INIZIO GARE</b>   | <b>ore 16,00</b> |                      |                                 |
| 400 misti            | N° serie 1       | durata prevista 0,09 | ora inizio 16,00 ora fine 16,09 |
| 200 stile libero     | N° serie 8       | durata prevista 0,29 | ora inizio 16,10 ora fine 16,39 |
| 200 rana             | N° serie 3       | durata prevista 0,15 | ora inizio 16,40 ora fine 16,55 |
| 100 farfalla         | N° serie 2       | durata prevista 0,05 | ora inizio 16,56 ora fine 17,01 |
| 100 dorso            | N° serie 4       | durata prevista 0,10 | ora inizio 17,02 ora fine 17,12 |
| 100 rana             | N° serie 5       | durata prevista 0,13 | ora inizio 17,13 ora fine 17,26 |
| 100 stile libero     | N° serie 10      | durata prevista 0,21 | ora inizio 17,27 ora fine 17,48 |