

11-gen-26	Mt	Categ.	Sesso	Gara	Iscritti	Serie	Inizio	Fine	Corsie:	8	04:07
Riscaldamento	-	-	UNICO	40:00	1	1	08:15	08:55			
Cambio Campo	-	-	-	05:00	1	1	08:55	09:00			
Manichino con Pinne EAF	100	EAF	F	04:00	6	1	09:00	09:04			
Manichino con Pinne EAM	100	EAM	M	04:00	15	2	09:04	09:12			
Manichino con Pinne AF	100	ASF	F	03:30	35	5	09:12	09:29			
Manichino con Pinne AM	100	ASM	M	03:30	51	7	09:29	09:54			
Cambio Campo	100	-	-	10:00	1	1	09:54	10:04			
Staffetta Manichino EAM	4x50	EAM	M	04:30	1	1	10:04	10:08			
Staffetta Manichino AF	4x50	ASF	F	04:30	4	1	10:08	10:13			
Staffetta Manichino AM	4x50	ASM	M	04:30	6	1	10:13	10:17			
Cambio Campo	-	-	-	10:00	1	1	10:17	10:27			
Percorso Misto EAF	100	EAF	F	05:00	3	1	10:27	10:32			
Percorso Misto EAM	100	EAM	M	05:00	8	1	10:32	10:37			
Percorso Misto AF	100	ASF	F	04:00	8	1	10:37	10:41			
Percorso Misto AM	100	ASM	M	04:00	21	3	10:41	10:53			
Cambio Campo	-	-	-	10:00	1	1	10:53	11:03			
Staffetta Mista EAM	4x50	EAM	M	05:30	1	1	11:03	11:09			
Staffetta Mista AF	4x50	ASF	F	05:30	3	1	11:09	11:14			
Staffetta Mista AM	4x50	ASM	M	05:30	6	1	11:14	11:20			
Cambio Campo	-	-	-	10:00	1	1	11:20	11:30			
Superlifesaver EAF	200	EAF	F	06:00	4	1	11:30	11:36			
Superlifesaver EAM	200	EAM	M	06:00	7	1	11:36	11:42			
Superlifesaver AF	200	ASF	F	05:00	14	2	11:42	11:52			
Superlifesaver AM	200	ASM	M	05:00	27	4	11:52	12:12			
Premiazioni	-	-	-	10:00	1	1	12:12	12:22			
11-gen-26	Mt	Categ.	Sesso	Gara	Iscritti	Serie	Inizio	Fine	Corsie:	8	04:43
Riscaldamento	-	-	UNICO	40:00	1	1	14:15	14:55			
Cambio Campo	-	-	-	05:00	1	1	14:55	15:00			
Nuoto con Ostacoli EAF	100	EAF	F	03:00	7	1	15:00	15:03			
Nuoto con Ostacoli EAM	100	EAM	M	03:00	12	2	15:03	15:09			
Nuoto con Ostacoli AF	200	ASF	F	03:00	17	3	15:09	15:18			
Nuoto con Ostacoli AM	200	ASM	M	03:00	32	4	15:18	15:30			
Staffetta Ostacoli EAM	4x50	EAM	M	04:30	1	1	15:30	15:34			
Staffetta Ostacoli AF	4x50	ASF	F	04:00	3	1	15:34	15:38			
Staffetta Ostacoli AM	4x50	ASM	M	04:00	6	1	15:38	15:42			
Cambio Campo	-	-	-	10:00	1	1	15:42	15:52			
Trasporto Manichino EAF	50	EAF	F	04:30	7	1	15:52	15:57			
Trasporto Manichino EAM	50	EAM	M	04:30	12	2	15:57	16:06			
Trasporto Manichino AF	50	ASF	F	03:30	41	6	16:06	16:27			
Trasporto Manichino AM	50	ASM	M	03:30	56	7	16:27	16:51			
Cambio Campo	-	-	-	10:00	1	1	16:51	17:01			
Pinne e Torpedo EAF	100	EAF	F	04:00	2	1	17:01	17:05			
Pinne e Torpedo EAM	100	EAM	M	04:00	10	2	17:05	17:13			
Pinne e Torpedo AF	100	ASF	F	04:00	38	5	17:13	17:33			
Pinne e Torpedo AM	100	ASM	M	04:00	49	7	17:33	18:01			
Cambio Campo	-	-	-	10:00	1	1	18:01	18:11			
Staffetta Pool Lifesaving AM	4x50	ASM	F/M	05:30	3	1	18:11	18:17			
Cambio Campo	-	-	-	10:00	1	1	18:17	18:27			
Misto lifesaver AF	100	ASF	F	04:30	25	4	18:27	18:45			
Misto lifesaver AM	100	ASM	M	04:30	21	3	18:45	18:58			



Le camere di chiamata per l'addetto ai concorrenti saranno:

- Lato partenza: nella stanza presente dietro ai blocchi
 - Lato virata: nello spazio con la scritta "Camera di chiamata lato virata"
- Le serie verranno composte con la seguente modalità:
- Le staffette Esordienti Maschi verranno accorpate alle Staff. Assolute Femmine
 - Le prove di trasporto manichino 50 metri partiranno lato virata.

RISCALDAMENTO SUDDIVISO X CORSIE		
Società	Corsie	Nr Atleti
RN FLEGREA	1	20
ECUMANO SPACE POOL	2	18
RHYFEL+RARI NANTES CAMPANIA	3	23
CARAVAGGIO	4	23
GYM FLOWER + POSILLIPO	5	23
OLIMPIC+C.D.S.	6	20
PLAY OFF + SAFA 2000	7	19
VOLTURNO+IL GABBIANO	8	24

NOTA IMPORTANTE:

- **Gli assenti devono essere comunicati entro le 8:30 per la mattina ed entro le 14:30 per il pomeriggio**
 - **Cambi di composizione e di ordine staffetta dovranno essere comunicati all'addetto ai concorrenti in fase di appello**
 - **Gli allenatori non potranno sostare a bordo vasca ma potranno unicamente seguire le gare nei corridoi laterali degli spalti.**
 - **Le docce e i phon potranno essere utilizzate tramite scheda magnetica acquistabile presso la segreteria del Centro Federale entro le 12:30.**
- Il pagamento potrà avvenire solo attraverso POS (moneta elettronica).**

Le zone vengono rappresentate tramite immagine riportata di seguito.

