

**Dettaglio orario e indicazioni impianto**  
**Concentramento Sa/Ca/Av/Be**  
**Sabato 10 Gennaio 2026**  
**Piscina Comunale di Piedimonte Matese**  
**sita in via Robert Baden Powell n° 35 – 81016 Piedimonte Matese**

**MATTINA primo riscaldamento**

- Dalle ore 9.15 alle ore 9.50 riscaldamento per le gare:

100 Do m/f – 200 Ra m/f – 1500 Sl m/f

Ore 10.05 Inizio gare

Fine gare ore 11.05 circa

**MATTINA secondo riscaldamento**

- Dalle ore 11.05 alle ore 11.40 riscaldamento per le gare:  
(gli atleti dovranno arrivare 15 minuti prima al bordo vasca)

50 Sl m/f – 200 Fa m/f

Ore 11.55 Inizio gare

Fine gare ore 12.35 circa

---

**POMERIGGIO**

- Dalle ore 15.00 alle ore 15.35 riscaldamento Maschile
- Dalle ore 15.35 alle ore 16.10 riscaldamento Femminile

50 Do m/f – 400 Sl m/f – 100 Fa m/f – 400 mx f/m

Ore 16.20 Inizio gare

Fine gare ore 17.45 circa

- Per garantire una gestione dei device piu' scorrevole , i tecnici sono invitati a presentare un assistente della propria squadra alla partenza

Indicazioni impianto:

Indicazioni impianto:

- Per utilizzo di docce e phon ogni società potrà acquistare due card una per le femmine una per i maschi. Il costo è di euro 10 cadauna (5 euro cauzione + 5 euro comprensiva di 15 scatti)

SETTORE NUOTO