

· Campionati Regionali Estivi di Categoria 2024 · Es. B - Es. A – Rag – Jun – Cad – Sen

Data: 21-22-23 Giugno 2024
 Sede: Milano D. Samuele 50 mt.
 Iscrizioni: Le iscrizioni si apriranno il giorno 10/06/2024 alle ore 10:00, e rimarranno aperte fino al giorno 12/06/2024 alle ore 10:00 – **Max 4 Gare per atleta**
 I Master saranno inseriti all'interno delle gare da disputare nella categoria Senior e verranno poi classificati separatamente

Venerdì 21 Giugno 2024 - ore 15.00

La vasca sarà a disposizione degli atleti dalle ore 14.00 alle ore 14.45 per il riscaldamento

Nuoto con sottopassaggi mt. 50 Es. B	f/m
Staffetta con sottopassaggi 4x50 Es. B	f/m
- <i>Premiazioni ostacoli e staffetta ostacoli Es. B</i>	
Trasporto del manichino vuoto mt. 50 Es. B	f/m
Staffetta 4x25 manichino Es. B	f/m
- <i>Premiazioni trasporto, staffetta manichino</i>	
Trasporto manichino vuoto con pinne mt. 50 Es. B	f/m
Staffetta 4x50 mista Es. B	f/m
- <i>Premiazioni trasporto con pinne, staffetta mista</i>	
- <i>Premiazioni classifica a squadre esordienti B</i>	

Sabato 22 Giugno 2024 - ore 09.00

La vasca sarà a disposizione degli atleti dalle ore 8.00 alle ore 8.45 per il riscaldamento

Trasporto manichino mt. 50 (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
Staffetta 4x25 trasporto manichino (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
- <i>Premiazioni trasporto</i>	
- <i>Premiazioni staffetta 4x25</i>	
Super lifesaver mt. 200 (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
- <i>Premiazioni super lifesaver</i>	

Sabato 22 Giugno 2024 - ore 15.00

Misto lifesaver mt. 100 (Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
Pinne e torpedo mt. 100 (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
- <i>Premiazioni Torpedo</i>	
- <i>Premiazioni superlife</i>	
4x50 mista (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
- <i>Premiazioni 4x50 mista</i>	

Domenica 23 Giugno 2024 Inizio gare ore 09.00

La vasca sarà a disposizione degli atleti dalle ore 08.00 alle ore 08.45 per il riscaldamento

Trasporto manichino con pinne mt. 100 (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
Percorso misto mt. 100 (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
- <i>Premiazioni trasporto manichino pinne</i>	
- <i>Premiazioni Percorso</i>	
Staffetta Pool Lifesaver 4x50 (Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	Mixed
- <i>Premiazioni Staffetta Pool Lifesaver</i>	

Domenica 23 Giugno 2024 Inizio gare ore 15.00

La vasca sarà a disposizione degli atleti dalle ore 14.00 alle ore 14.45 per il riscaldamento

Nuoto con sottopassaggi mt. 100 Es. A	f/m
Nuoto con sottopassaggi mt. 200 (Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
Staffetta 4x50 sottopassaggi (Es. A, Ragazzi, Juniores, Cadetti, Seniores)	f/m
- <i>Premiazioni ostacoli e staffetta</i>	
- <i>Premiazioni classifica a squadre</i>	

Federazione Italiana Nuoto – Comitato Regionale Lombardo

Via Piranesi 46 – 20137 Milano Tel. 02/7577571

www.federnuoto.lombardia.it e-mail: clombardia@federnuoto.it pec: lombardia@pec.federnuoto.it

Verrà verificata la possibilità di unificare le serie sia delle gare individuali che di quelle a staffetta per i categoria.

Le staffette Esordienti gareggeranno divise per categoria e sesso salvo decisione del GA

Premiazioni: medaglie ai primi 3 classificati di ogni singola prova e coppa alle prime 3 società classificate **Esordienti B, Esordienti A e Ragazzi, Juniores, Cadetti e Seniores** si potrà iscrivere **UNA SOLA** staffetta per categoria e sesso.