

COPPA LOS ANGELES I TAPPA

01-02/11/2025

PALANUOTO-USMIANI

CONCENTRAMENTO A

Sabato Mattino PALANUOTO		ora inizio	ora fine
Riscald.		08:15	08:45
Inizio turno	100 DO M	09:00	09:14
	100 DO F	09:14	09:32
	1500 SL M	09:32	09:51
	1500 SL F	09:51	10:11
	200 RA M	10:11	10:18
	200 RA F	10:18	10:25
	50SL M	10:25	10:41
	50SL F	10:41	10:57
	200MX M	10:57	11:13
	200MX F	11:13	11:30
	50FA M	11:30	11:41
	50FA F	11:41	11:50

Domenica Mattino (PALANUOTO)		ora inizio	ora fine
Riscald.		08:15	08:45
Inizio turno	100MX M	09:00	09:08
	100MX F	09:08	09:20
	100SL M	09:20	09:49
	100SL F	09:49	10:23
	200FA M	10:23	10:32
	200FA F	10:32	10:39
	50RA M	10:39	10:46
	50RA F	10:46	10:56
	400SL M	10:56	11:29
	400SL F	11:29	12:02
	200DO M	12:02	12:15
	200DO F	12:15	12:25

Domenica Pomeriggio (PALANUOTO)		ora inizio	ora fine
Riscald.		14:00	14:30
Inizio turno	100RA M	14:45	14:57
	100RA F	14:57	15:11
	200SL M	15:11	15:41
	200SL F	15:41	16:20
	100FA M	16:20	16:38
	100FA F	16:38	16:52
	400MX M	16:52	16:57
	400MX F	16:57	17:03
	50DO M	17:03	17:11
	50DO F	17:11	17:21
	800SL M	17:21	17:40
	800SL F	17:40	18:00

CONCENTRAMENTO B

Sabato Pomeriggio PALANUOTO		ora inizio	ora fine
Riscald.		14:00	14:30
Inizio turno	100 DO M	14:45	15:01
	100 DO F	15:01	15:17
	1500 SL M	15:17	15:36
	1500 SL F	15:36	15:56
	200 RA M	15:56	16:06
	200 RA F	16:06	16:13
	50SL M	16:13	16:31
	50SL F	16:31	16:48
	200MX M	16:48	17:08
	200MX F	17:08	17:24
	50FA M	17:24	17:35
	50FA F	17:35	17:43

Domenica Mattino (USMIANI)		ora inizio	ora fine
Riscald.		08:15	08:45
Inizio turno	100MX M	09:00	09:10
	100MX F	09:10	09:22
	100SL M	09:22	09:53
	100SL F	09:53	10:30
	200FA M	10:30	10:40
	200FA F	10:40	10:43
	50RA M	10:43	10:52
	50RA F	10:52	10:59
	400SL M	10:59	11:27
	400SL F	11:27	11:54
	200DO M	11:54	12:07
	200DO F	12:07	12:20

Domenica Pomeriggio (USMIANI)		ora inizio	ora fine
Riscald.		14:00	14:30
Inizio turno	100RA M	14:45	14:59
	100RA F	14:59	15:11
	200SL M	15:11	15:44
	200SL F	15:44	16:14
	100FA M	16:14	16:30
	100FA F	16:30	16:40
	400MX M	16:40	16:45
	400MX F	16:45	16:51
	50DO M	16:51	16:56
	50DO F	16:56	17:03
	800SL M	17:03	17:12
	800SL F	17:12	17:22