

presantano... la 24 H2O a sfondo benefico

**24 ore per nuotare, stare insieme,
divertirsi, all'insegna dello sport e del movimento**

REGOLAMENTO 24 ORE

Può partecipare chiunque sia in grado di percorrere almeno 100metri (due vasche) senza appoggiare i piedi sul fondo o appoggiarsi alle corsie.

La distanza percorsa sarà rilevata dal "contavasche" e ciascun concorrente porterà "in dote" la distanza percorsa a se stesso e/o al gruppo a cui dichiarerà di appartenere.

Ciascun nuotatore, al termine della propria prova riceverà un diploma di partecipazione con l'indicazione della distanza percorsa, ristoro e cuffia omaggio. Costo iscrizione 10 €.

Al termine della "24 ore", che si propone di vedere in vasca sempre qualcuno che nuoti per tutta la durata verranno stilate le classifiche e saranno premiati:

- Il nuotatore agonista e non agonista che avrà percorso la distanza più lunga;
- Il nuotatore più giovane e il più anziano;
- Il gruppo che avrà percorso la maggior distanza amatoriale e agonista;
- Il gruppo di qualunque estrazione più numeroso.

Aquarium S.s.d. a r.l., Pathos Wellness Club e la Pizzeria Ultima Spiaggia in collaborazione con Acos Energia, organizzano una manifestazione non agonistica riservata a tutti quelli che vogliono passare qualche minuto (o qualche ora) in acqua, nella piscina di Novi Ligure dalle ore 17.00 del 14 luglio alle ore 17.00 del 15 luglio 2012.

L'impianto sarà aperto a tutti coloro che vorranno partecipare alla "24 ore". Verranno inoltre garantite numerose attività di intrattenimento; di seguito il programma:

Sabato 14 luglio
ore 16.00 accredito
ore 17.00 partenza "24 ore"
ore 17.30 acquakickboxing
ore 18.30 pilates
ore 19.00..... a tutta zumba

**Dalle ore 19.00 alle ore 0.00 ...
fitness + pizzeria**

**Dalle ore 0.00 alle ore 08.00
bracciata dopo bracciata ...aspettando l'alba....**

Dom. 15 luglio
ore 09.00 risveglio muscolare
ore 09.40 acquagym dolce
ore 11.00 pilates
ore 13.00 acquagym
ore 16.00 fitness-zumba

Prove e dimostrazioni di subacquea... e pallanuoto

**ore 17,30 Premiazione "24h20"
e consegna della donazione
all'associazione "I campionissimi Onlus"**

**Per informazioni e iscrizioni rivolgersi
alle segreterie di Aquarium e Pathos**

Villaggio del benessere (presso piscina Aquarium)

14 - 15 luglio 2012

Via F. Rosselli - tel. 0143-79311 - 0143.380362