



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
COMITATO REGIONALE PIEMONTE E VALLE D'AOSTA

SABATO

Palazzo del nuoto concentramento A

MATTINO

Riscaldamento femmine 8:00-8:40

Gare femmine (inizio gare 8:55):

50DO / 100RA / 200FA / 200SL / 800SL / 50FA / 400MX / 100SL / 200DO

Riscaldamento maschi 10:55-11:35

Gare maschi (inizio gare 11:35): 50DO / 100RA / 200FA / 200SL / 800SL / 50FA / 400MX / 100SL / 200DO

POMERIGGIO

Riscaldamento femmine 15:00-15:40

Gare femmine (inizio gare 15:55): 400SL / 200MX / 50RA / 200RA / 100FA / 50SL / 100DO / 1500SL / 100MX

Riscaldamento maschi 17:40-18:20

Gare maschi: 400SL / 200MX / 50RA / 200RA / 100FA / 50SL / 100DO / 1500SL / 100MX

DOMENICA

Palazzo del nuoto concentramento B

MATTINO

Riscaldamento femmine 8:00-8:40

Gare femmine (inizio gare 8:55):

50DO / 100RA / 200FA / 200SL / 800SL / 50FA / 400MX / 100SL / 200DO

Riscaldamento maschi 10:30-11:10

Gare maschi (inizio gare 11:10): 50DO / 100RA / 200FA / 200SL / 800SL / 50FA / 400MX / 100SL / 200DO

POMERIGGIO

Riscaldamento femmine 14:30-15:10

Gare femmine (inizio gare 15:25): 400SL / 200MX / 50RA / 200RA / 100FA / 50SL / 100DO / 1500SL / 100MX

Riscaldamento maschi 17:20-18:00

Gare maschi: 400SL / 200MX / 50RA / 200RA / 100FA / 50SL / 100DO / 1500SL / 100MX

Sisport concentramento C

MATTINO

Riscaldamento femmine 8:30-9:10 + riscaldamento maschi 9:10-9:50

Gare (inizio gare 10:05): 50DO / 100RA / 200FA / 200SL / 800SL / 50FA / 400MX / 100SL / 200DO

POMERIGGIO

Riscaldamento femmine 14:30-15:10 + riscaldamento maschi 15:10-15:50

Gare (inizio gare 16:05): 400SL / 200MX / 50RA / 200RA / 100FA / 50SL / 100DO / 1500SL / 100MX