

**COMITATO REGIONALE PIEMONTE E VALLE D'AOSTA**

Coppa Tokyo Winter Edition 3a tappa  
11/01-12/01 2020 Palazzo del Nuoto Torino-Usmiani Torino

Sabato mattina Palanuoto

Sabato pomeriggio Palanuoto

Concentramento A

Concentramento A\*

Riscaldamento ore 8,00-8,45

Riscaldamento ore 13,00-13.45

Inizio gare ore 9,00

Inizio gare ore 14,00

Concentramento B\*

Concentramento B\*

Inizio gare ore 11,00

Inizio gare ore 16.40

Domenica mattina Usmiani

Domenica pomeriggio Usmiani

Concentramento A

Concentramento A\*

Riscaldamento ore 8,00-8,45

Riscaldamento ore 13,00-13.45

Inizio gare ore 9,00

Inizio gare ore 14,00

Concentramento B\*

Concentramento B\*

Inizio gare ore 11.05

Inizio gare ore 16.30

\* Il riscaldamento non potrà essere effettuato nella vasca di gara ma nelle vasche 1b e 2.

Nel corso della manifestazione le vasche 1b e 2 saranno a disposizione degli atleti.

\*\* A partire dai 20' precedenti la fine del riscaldamento, le corsie 1-2 vengono riservate agli sprint con partenza dal blocco. Le corsie 7-8 vengono riservate agli sprint con i device per le partenze a Dorso.