

CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI FISDIR DI NUOTO E NUOTO SINCRONIZZATO

Terni 29/30 giugno – 1° luglio 2023

Programma gare

NUOTO

GIOVEDI' 29 giugno (Mattina)

Ore 7.45/8.15 Riscaldamento F

Ore 8.15/8.45 Riscaldamento M

Inizio gare ore 9.00 (1^ Sessione Gare – Qualifiche)

50 Mt Farfalla

200 Mt Stile Libero

100 Mt Rana

50 Mt Dorso

4x100 Mt Misti/Mista -Finale diretta a serie. A seguire premiazione staffetta

GIOVEDI' 29 giugno (Pomeriggio)

Ore 15:00/15:30 Riscaldamento F

Ore 15:30/16.00 Riscaldamento M

Inizio gare ore 16:10 (2^ Sessione Gare - Finali)

400 Mt Misti - Finale Diretta a Serie

50 Mt Farfalla

Premiazioni

200 Mt Stile Libero

100 Mt Rana

Premiazioni

50 Mt Dorso

800 Mt Stile Libero - Finale diretta a serie

Premiazioni

VENERDI' 30 giugno (Mattina)

Ore 7.45/8.15 Riscaldamento F

Ore 8.15/8.45 Riscaldamento M

Inizio gare ore 9.00 (3^ Sessione Gare – Qualifiche)

200 Mt Rana

100 Mt Farfalla

50 Mt Stile Libero

200 Mt Misti

100 Mt Dorso

4x200 Mt Stile Libero - Finale diretta a serie. A seguire premiazione staffetta

VENERDI' 30 giugno (Pomeriggio)

Ore 15:00/15:30 Riscaldamento F

Ore 15:30/16.00 Riscaldamento M

Inizio gare ore 16:10 (4^ Sessione Gare - Finali)

400 Mt Stile Libero - Finale Diretta a Serie

200 Mt Rana

Premiazioni

100 Mt Farfalla

50 Mt Stile Libero

Premiazioni

200 Mt Misti

100 Mt Dorso

Premiazioni

4x100 Mt Stile Libero/ Mista - Finale diretta a serie. A seguire premiazione staffetta

SABATO 1° LUGLIO (Mattina)

Ore 7.45/8.15 Riscaldamento F

Ore 8.15/8.45 Riscaldamento M

Inizio gare ore 9.00 (5^ Sessione Gare – Qualifiche)

100 Mt Stile Libero

50 Mt Rana

200 Mt Farfalla

200 Mt Dorso

4x100 Mt Stile Libero - Finale diretta a serie.

4x100 Mt Misti - Finale diretta a serie. A seguire premiazioni staffette (4x100 SL E 4x100 Mx)

SABATO 1° LUGLIO (Pomeriggio)

Ore 15:00/15:30 Riscaldamento F

Ore 15:30/16.00 Riscaldamento M

Inizio gare ore 16:10 (6^ Sessione Gare - Finali)

100 Mt Stile Libero

50 Mt Rana

Premiazioni

200 Mt Farfalla

200 Mt Dorso

1500 Mt Stile Libero - Finale diretta a serie

Premiazioni

Le batterie di qualificazione si disputeranno su 10 corsie mentre le finali su 8 corsie.

Si precisa che gli atleti rispettivamente classificati 9° e 10° dovranno rimanere a disposizione presso l'impianto natatorio al momento della disputa delle finali in qualità di riserve in caso di rinuncia dei finalisti qualificati.

NUOTO SINCRONIZZATO

SABATO 1° LUGLIO (pomeriggio)

Ore 14:00 Accredito e riunione tecnica presso la struttura (piscine dello Stadio)

Ore 14:30 riunione con la giuria presso la struttura (piscine dello Stadio)

Ore 15:00 riscaldamento

Ore 15:30 inizio gare

✓ obbligatori

✓ singolo

✓ duo

✓ squadre

Ore 17:00 premiazioni