



FOTO, RISULTATI, CLASSIFICHE ED INFORMAZIONI VARIE

<http://sites.google.com/site/trofeosisamaster/home>

PROGRAMMA GARE

sabato 15 novembre 2014

ore 13.30 – 14.15 : Riscaldamento

ore 14.15 : inizio prechiamata

ore 14.30 : 200 DO F

ore 14.40 : 200 DO M

ore 15.00 : 50 RA F

ore 15.10 : 50 RA M

stop modifiche staffette

ore 15.35 : 200 FA F/M

ore 15.42 : 100 MX F

ore 16.02 : 100 MX M

ore 16.52 : MISTAFFETTA 4x50 MX

ore 17.23 : 50 FA F

ore 17.33 : 50 FA M

ore 17.57 : 400 MX F

ore 18.07 : 400 MX M

ore 18.45 : premiazione staffette (in piano vasca)

ore 19.00 : 800 SL F/M

domenica 16 novembre 2014

ore 07.45 – 08.45 : Riscaldamento

ore 08.50: inizio prechiamata

ore 09.00 : 400 SL F

ore 09.26 : 400 SL M

ore 10.06 : 100 RA F

ore 10.16 : 100 RA M

ore 10.34 : 50 DO F

ore 10.40 : 50 DO M

stop modifiche staffette

ore 10.50 : 200 SL F

ore 11.10 : 200 SL M *(prima della gara si farà 1 minuto di silenzio in ricordo del nostro Amico Fabio)*

ore 11.50 : 100 FA F

ore 11.52 : 100 FA M

ore 12.00 – 13.15 pausa tecnica e riscaldamento

ore 13.15 : inizio prechiamata staffette

ore 13.30 : MISTAFFETTA 4x50 SL

ore 13.54 : 100 SL F

ore 14.14 : 100 SL M

ore 14.58 : 200 MX F

ore 15.07 : 200 MX M

ore 15.20 : premiazione staffette e premio speciale “Nuoto Vicenza ... con Fabio” (in piano vasca)

ore 15.40 : 100 DO F

ore 15.44 : 100 DO M

ore 15.51 : 200 RA F

ore 16.01 : 200 RA M

ore 16.18 : 50 SL F

ore 16.29 : 50 SL M

ore 17.10 (circa): premiazioni società e migliori prestazioni (ingresso piscina)

ATTENZIONE!!! Gli orari sono indicativi e NON VINCOLANTI