

PROGRAMMA GARE 9° TROFEO MASTER NUOTO VICENZA

sabato 19 novembre 2016

ore 13.30-14.15: Riscaldamento

ore 14.15: Apertura Manifestazione - inizio prechiamata

ore 14.30: 200 DO F

ore 14.43: 200 DO M

ore 15.02: 50 FA F

ore 15.12: 50 FA M

ore 15.39: 400 MX F

ore 16.01: 400 MX M

ore 16.34: 100 RA F

ore 16.48: 100 RA M

ore 17.15: 200 FA F

ore 17.22: 200 FA M

ore 17.33: 100 SL F

ore 17.55: 100 SL M

ore 18.45: 800 SL F/M

ore 21:15 circa: chiusura prima giornata di gare

domenica 20 novembre 2016

ore 07.45 - 08.45 : Riscaldamento

ore 08.50: Apertura Manifestazione - inizio prechiamata

ore 09.00: 200 MX F

ore 09.05: 200 MX M

ore 09.17: 50 RA F

ore 09.30: 50 RA M

ore 09.54: 100 FA F

ore 09.57: 100 FA M

ore 10.06: 50 DO F

ore 10.18: 50 DO M

ore 10.32: 200 SL F

ore 10.56: 200 SL M (prima della gara si farà 1 minuto di silenzio in ricordo del nostro Amico Fabio)

➤ **ore 11.00 chiusura modifiche staffette**

ore 11.45: 100 MX F

ore 12.02: 100 MX M

ore 12.40: batteria unica STAFFETTA 4x100 MX F/M

ore 12.50: tentativo di record STAFFETTA 4x100 SL

ore 13.00 - 13.45 pausa tecnica e riscaldamento

ore 13.45: inizio prechiamata staffette

ore 14.00: STAFFETTA 4x50 MX F

ore 14.16: STAFFETTA 4x40 MX M

ore 14.37: MISTAFFETTA 4x50 SL

ore 14.58: 200 RA M

ore 15.12: 200 RA M

ore 15.32: 100 DO F

ore 15.39: 100 DO M

➤ **ore 15.50: premiazione premio speciale "Nuoto Vicenza ... con Fabio" (in piano vasca)**

ore 16.00: 400 SL F

ore 16.27: 400 SL M

ore 17.16: 50 SL F

ore 17.30: 50 SL M

ore 18.00 (circa): premiazioni società e migliori prestazioni (ingresso piscina)

ATTENZIONE!!! Gli orari sono indicativi e NON VINCOLANTI