

COMUNICATO N° 56/2018

Roma, 17 Dicembre 2018

Alle Società ed Enti Interessati
~~~~~

**OGGETTO: Campionato Regionale Invernale di Nuoto per Salvamento  
Categoria Junior – Cadetti e Senior – 20 gennaio 2019**

Il Comitato Regionale Lazio indice ed organizza il Campionato in oggetto.  
Le iscrizioni dovranno essere effettuate **on-line entro il 13 Gennaio 2019**, con  
la tassa di iscrizione di € 10,00 ad atleta e € 10,00 per staffetta.

**REGOLAMENTO TECNICO:** (vedi Regolamento Tecnico 2018 - 2019).

|                                           |           |
|-------------------------------------------|-----------|
| ▪ Nuoto con ostacoli                      | F/M J/C/S |
| ▪ Staffetta con ostacoli                  | F/M J/C/S |
| ▪ Trasporto Manichino con pinne e Torpedo | F/M J/C/S |
| ▪ Percorso misto                          | F/M J/C/S |
| ▪ Super Life Saver                        | F/M J/C/S |
| ▪ Trasporto Manichino                     | F/M J/C/S |
| ▪ Staffetta Manichino                     | F/M J/C/S |
| ▪ Trasporto Manichino con pinne           | F/M J/C/S |
| ▪ Staffetta Mista                         | F/M J/C/S |

**CAMPO GARA**

Piscina Comunale di Anzio

Via Nettunense Km 36.500

Anzio

. / .

## Programma Gare

### Domenica 20 Gennaio 2019

|           |                                         |           |
|-----------|-----------------------------------------|-----------|
| Ore 8.30  | Riscaldamento                           |           |
| ore 9.00  | Fine del riscaldamento                  |           |
| a seguire | Nuoto con ostacoli                      | F/M J/C/S |
| a seguire | Staffetta con ostacoli                  | F/M J/C/S |
| a seguire | Percorso Misto                          | F/M J/C/S |
| a seguire | Trasporto Manichino con pinne e Torpedo | F/M J/C/S |
| a seguire | Staffetta mista                         | F/M J/C/S |
|           |                                         |           |
| Ore 14.30 | Riscaldamento                           |           |
| ore 15.00 | Fine del riscaldamento                  |           |
| a seguire | Super Life Saver                        | F/M J/C/S |
| a seguire | Trasporto Manichino                     | F/M J/C/S |
| a seguire | Staffetta Manichino                     | F/M J/C/S |
| a seguire | Trasporto Manichino con pinne           | F/M J/C/S |

### PREMIAZIONI

Le premiazioni si svolgeranno, per quanto possibile, al termine di ogni singola gara.

### ASSENZE

Gli assenti dovranno essere comunicati 30 minuti prima dell'inizio della gara.

Il Comitato Regionale Lazio si riserva di modificare l'orario in base al numero degli iscritti e di unificare le batterie per categorie e sesso.

Cordiali saluti.

IL PRESIDENTE  
Dott. Gianpiero Mauretti