

COMUNICATO N° 100/2025

Roma, 7 Febbraio 2025

Alle Società ed Enti Interessati

OGGETTO: Nuoto per Salvamento.
Camp. Regionale Assoluto Estivo - Manif. Es/A + Prova Tempi Assoluta
 (Cronometraggio automatico)

Anzio 2 Marzo 2025.

Il Comitato Regionale Lazio indice ed organizza il Campionato e la prova tempi in oggetto.
 Le iscrizioni dovranno essere effettuate **on-line entro le ore 23.45 di Giovedì 20 Febbraio**

2025, con la tassa di iscrizione di € 10,00 ad atleta per ogni manifestazione in programma.

NON SI ACCETTERANNO RICHIESTE DI ISCRIZIONI SUCCESSIVE ALLA CHIUSURA.

Per l'ammissione al Campionato Regionale Assoluto gli atleti dovranno aver conseguito, nella stagione in corso, i tempi limite previsti nella tabella allegata.

Nella Prova Tempi-Manif. Es/A gli atleti potranno essere iscritti max di n.2 (due) gare individuali - Iscrizioni eccedenti il numero verranno cancellate d'ufficio.

REGOLAMENTO TECNICO: (vedi Regolamento Tecnico 2024-2025)

- 200 e 100mt mt Nuoto con ostacoli
- 100mt Trasporto Manichino con pinne e Torpedo
- 100mt Percorso misto
- 100mt Trasporto Manichino con pinne
- 50mt Trasporto Manichino
- 100mt Misto lifesaver
- 200mt Super Life Saver
- staffetta 4x50mt nuoto ostacoli
- staffetta 4x25mt manichino
- staffetta 4x50mt Pool lifesever
- staffetta 4x50mt mista
- staffetta 4x50mt Pool lifesever Mix

./.

CAMPO GARA

Stadio del Nuoto Anzio Waterpolis

Via Olimpica, 34, Anzio RM

Programma Gare

Domenica 2 Marzo (orari da definire a chiusura iscrizioni)

oreRiscaldamento

oreFine del riscaldamento

a seguire	200mt Nuoto con ostacoli	F/M	Ass-P.T.-
a seguire	100mt Nuoto ostacoli	F/M	Es.A
a seguire	staffetta 4x50mt nuoto ostacoli	F/M	Ass
a seguire	100mt Trasporto Manichino pinne e Torpedo	F/M	Ass-P.T.-
a seguire	Staffetta 4x25mt manichino	F/M	Ass
a seguire	100mt Misto Lifesaver	F/M	P.T.- Ass
a seguire	staffetta 4 x50mt mista	F/M	Ass
a seguire	100mt Percorso Misto	F/M	P.T.-Ass
a seguire	staffetta 4 x50mt pool lifesever	F/M	Ass

Domenica 2 Marzo 2025 (orari da definire a chiusura iscrizioni)

ore Riscaldamento

ore Fine del riscaldamento

a seguire	100mt Trasporto Manichino pinne	F/M	Ass-P.T.
a seguire	50mt Trasporto Manichino	F/M	Ass.-P.T.-
a seguire	staffetta 4 x 50mt Pool Lifesaver mix	Mix	Ass
a seguire	200mt Super Life Saver	F/M	Ass-P.T.

Saranno premiati con medaglie i primi tre classificati delle gare individuali e delle staffette del Campionato Regionale Assoluto.

IL PRESIDENTE
Dott. Gianpiero Mauretti

TABELLA TEMPI LIMITE REGIONALI ASSOLUTI

VASCA DA 50 MT.

	MASCHI	FEMMINE
200 MT. SL SOTTOPI.	2'25"0	2'50"0
50 MT. TRASPORTO MANICHINO	39"5	48"5
100 MT. PERCORSO MISTO	1'22"0	1'41"5
100 MT. MISTO LIFE SAVER	1'30"0	1'45"0
100 MT. MANICHINO PINNE	1'05"0	1'15"0
100 MT. PINNE E TORPEDO	1'08"0	1'20"0
200 MT. SUPERLIFE	2'50"0	3'09"0

VASCA DA 25 MT.

	MASCHI	FEMMINE
200 MT. SL SOTTOPI.	2'20"0	2'45"0
50 MT. TRASPORTO MANICHINO	37"0	46"0
100 MT. PERCORSO MISTO	1'20"5	1'40"0
100 MT. MISTO LIFE SAVER	1'29"0	1'44"0
100 MT. MANICHINO PINNE	1'04"0	1'14"5
100 MT. PINNE E TORPEDO	1'09"0	1'21"0
200 MT. SUPERLIFE	2'49"0	3'08"0

Tolleranza rilevamento automatico:

20 centesimi in tutte le prove