



**COMITATO
REGIONALE
LAZIO**



PIAZZA LAURO DE BOSIS, 3 - 00194 ROMA - TEL. 06/36.00.08.40 (R.A. 5 linee) - FAX 06/32.42.383

NUOTO - PALLANUOTO - TUFFI - SALVAMENTO - SINCRONIZZATO

**COMUNICATO N° 125/2010
2010**

Roma, 10 Marzo

Alle Società ed Enti Interessati

**MANIFESTAZIONE REGIONALE ASSOLUTA
(vasca da 50 mt.)**

Il Comitato Regionale Lazio F.I.N. organizza per il giorno 17 Marzo 2010 la manifestazione in oggetto.

La prova si svolgerà presso lo Stadio del Nuoto di Civitavecchia in una sola giornata suddivisa in due parti di gara, intervallate da 20' di pausa.

Ogni atleta potrà essere iscritto ad un massimo di due gare.

Le iscrizioni dovranno essere effettuate on-line entro e non oltre la giornata del 14 Marzo 2010.

PISCINA STADIO DEL NUOTO CIVITAVECCHIA
Viale Lazio – Loc. San Gordiano - Civitavecchia
Ore 14.30 Riscaldamento - Ore 15.30 Inizio gare
(Cronometraggio Automatico)

Programma gare

1^a PARTE

400 SL F/M
50 RA F/M
100 FA F/M
200 DO F/M
200 RA F/M
100 SL F/M
50 DO F/M
400 MI F/M

20' PAUSA

2^a PARTE

200 SL F/M
50 FA F/M
100 DO F/M
100 RA F/M
50 SL F/M
200 FA F/M
200 MI F/M
800/1500 SL F/M

IL PRESIDENTE

