

PROGRAMMA ORARIO

OGNI ATLETA PUO' ISCRIVERSI AD UNA SOLA GARA PER SESSIONE

	VASCA ESETRNA	VASCA INTERNA	GIORNO
SESSIONE	GARE	GARE	
1	800 SL M (INIZIO ORE 14.00)	800 SL F (INIZIO ORE 15.00)	MARTEDI' 28 GIU - POM
2	400 MX F 100 FA F 100 FA M	400 MX M 200 DO M 200 DO F	MERCOLEDI' 29 GIU - MAT
3	400 SL M	400 SL F	MERCOLEDI' 29 GIU - POM
4	200 RA M 200 FA F	200 RA F 200 FA M	GIOVEDI' 30 GIU - MAT
5	200 SL M 200 MX F	200 SL F 200 MX M	GIOVEDI' 30 GIU - POM
6	50 FA F 50 FA M	50 DO M 50 DO F	VENERDI' 1 LUG - MAT
7	50 RA F	50 RA M	VENERDI' 1 LUG - MAT
	100 SL M 4X50 MISTAFF. MX	100 SL F	VENERDI' 1 LUG - POM
8	100 RA F 100 RA M 4X50 MISTA F	100 DO F 100 DO M	SABATO 2 LUG - MAT
9	50 SL M 4X50 MISTA M	50 SL F	SABATO 2 LUG - POM
10	4X50 MISTAFF. SL 4X50 SL F 4X50 SL M		DOMENICA 3 LUG - MAT

- IN BASE ALLE ISCRIZIONI PERVENUTE VERRANNO DEFINITI GLI ORARI DI INIZIO DELLE SESSIONI MATTUTINE E POMERIDIANE DELLE DIVERSE GIORNATE
- Il Comitato Organizzatore, in base alle condizioni atmosferiche e/o tecniche che dovessero emergere nel corso della manifestazione, si riserva di apportare modifiche alla allocazione delle competizioni tra vasca esterna ed interna e agli orari di inizio delle sessioni di gara, fermo restando la sequenza prevista dal programma gare.

TURNI DI RISCALDAMENTO ED ALLENAMENTO

	VASCA ESTERNA DI 50 mt.	VASCA INTERNA DI 50 mt.	VASCA ESTERNA DI 34 mt.	VASCA INTERNA DI 25 mt.
lunedì 27 giugno-pomeriggio	N.D.	15.00 -19.00	N.D.	N.D.
martedì 28 giugno-mattina	10.00 -12.00	10.00 -12.00	N.D.	N.D.
da martedì 28 giugno-pomeriggio a domenica 3 luglio-mattina	45' prima dell'inizio di ogni "parte" della manifestazione	45' prima dell'inizio di ogni "parte" della manifestazione	metà delle corsie, dall'inizio delle gare programmate nella vasca esterna e fino alla loro conclusione	dall'inizio delle gare programmate in vasca interna e fino alla loro conclusione

- Giornalmente verrà comunicata la eventuale disponibilità - nelle vasche di 50 metri - di corsie per sedute di allenamento dopo la conclusione delle relative "parti" di gara.
- Durante i periodi di riscaldamento previsti nelle due vasche di 50 metri, le due corsie esterne saranno riservate alle prove di partenza e scatti brevi.
- **L'utilizzo di dette vasche è riservato esclusivamente agli atleti.**
- Durante il riscaldamento, al fine di non arrecare lesioni a sé o a terzi, è fatto divieto di indossare palette, pinne, orologi, catenine, bracciali, orecchini, anelli o altri monili.