

Settore Nuoto

Firenze, 19 marzo 2025

Al Presidente e consiglieri regionali  
Al G.U.G.  
Alla F.I.Cr. Regionale e sezioni di Livorno  
via mail

*OGGETTO: comunicato orari turni riscaldamento e inizio gare Coppa Toscana 2025 Esordienti A  
"XXII Memorial Egidio Giannoni"*

**Sabato 22 marzo 2025**

**Sabato mattina 22/3**

Riscaldamento: femmine 8.30-8.50 / maschi 8.50-9.10

**INIZIO GARE ore 9.15** 400 SL

Riscaldamento: femmine 10.30-10.50 / maschi 10.50-11.10

**INIZIO GARE ore 11.15** 50 RA - 50 SL

**Sabato pomeriggio 22/3**

Riscaldamento: femmine 14.45-15.05 / maschi 15.05-15.25

**INIZIO GARE ore 15.30** 200 MX

Riscaldamento: femmine 17.00-17.20 / maschi 17.20-17.40

**INIZIO GARE ore 17.45** 100 RA - Staffetta 8x50 SL (4F+4M)

**Domenica 23 marzo 2025**

**MATTINA**

**Domenica mattina 23/3**

Riscaldamento: femmine 8.30-8.50 / maschi 8.50-9.10

**INIZIO GARE ore 9.15** 100 SL

Riscaldamento: femmine 10.00-10.20 / maschi 10.20-10.40

**INIZIO GARE ore 10.45** 100 DO - 100 FA

**POMERIGGIO**

**Domenica pomeriggio 23/3**

Riscaldamento: femmine 14.45-15.05 / maschi 15.05-15.25

**INIZIO GARE ore 15.30** 50 DO - 50 FA



FEDERAZIONE  
SPORTIVA NAZIONALE  
RICONOSCIUTA  
DAL CONI



COMITATO REGIONALE TOSCANO

F.I.N.A.  
L.E.N.  
I.L.S.E.  
I.L.S.

Riscaldamento: femmine 16.30-16.50 / maschi 16.50-17.10

**INIZIO GARE ore 17.15** 100 MX - Staffetta 4x50 MX

L'occasione è gradita per porgere cordiali saluti.



La Segreteria  
Federazione Italiana Nuoto  
Comitato Regionale Toscano