



Calendario e Regolamento Regionale

**Attività Agonistica
Settore NUOTO**

stagione 2019/2020

CATEGORIA

Calendario gare

DATA	MANIFESTAZIONE	VASCA	LOCALITA'
23/24 novembre 2019	1° prova qualificazione invernale	mt. 25	3 concentramenti
30 nov. /1 dic. 2019	Campionato Regionale assoluto in vasca corta	mt. 25	LIVORNO (Bastia)
15 dicembre 2019	Camp. nazionale a squadre - fase Regionale Coppa Brema	mt. 25	LIVORNO (Bastia)
22 dicembre 2019	Coppa Toscana sprint	mt. 25	FIRENZE (San Marcellino)
11/12 gennaio 2020	2° prova qualificazione invernale	mt. 25	3 concentramenti
8/9 febbraio 2020	3° prova qualificazione invernale	mt. 25	3 concentramenti
16 febbraio 2020	Campionato Regionale indoor "open" di fondo	mt. 50	LIVORNO (Camalich)
21/23 febbraio 2020 2020	Campionato Regionale di categoria in vasca corta	mt. 25	LIVORNO (Bastia)
15 marzo 2020	Prova Tempi limite	mt. 25	MASSAROSA
2/3 maggio 2020	I prova estiva distanze "corte"	mt. 50	LIVORNO (Camalich)
23/24 maggio 2020	I prova estiva distanze "lunghe"	mt. 50	LIVORNO (Camalich)
7 giugno 2020	Campionato Nazionale a squadre - categoria Ragazzi	mt. 50	BOLOGNA (C. Longo)
13/14 giugno 2020	II prova estiva distanze "corte"	mt. 50	LIVORNO (Camalich)
20/21 giugno 2020	II prova estiva distanze "lunghe"	mt. 50	LIVORNO (Camalich)
16/19 luglio 2020	Camp. Regionale di Categoria in vasca lunga (Jun/Cad/Sen)	mt. 50	LIVORNO (Camalich)
20/22 luglio 2020	Camp. Regionale di Categoria in vasca lunga (Ragazzi)	mt. 50	LIVORNO (Camalich)
26 luglio 2020	Camp. Regionale mezzo fondo e fondo in acque libere	mare	da definire

Data ultima utile per il conseguimento dei requisiti di ammissione

MANIFESTAZIONE	SCADENZA
Campionato Regionale Assoluto vasca corta	17 novembre 2019
Campionato Regionale di fondo open	9 febbraio 2020
Campionato Regionale di categoria in vasca corta	9 febbraio 2020
Campionato Regionale di categoria in vasca lunga	5 luglio 2020

Tutte le manifestazioni federali (ad esclusione del Campionato Regionale indoor open di fondo che sarà disputato con cronometraggio manuale) verranno effettuate con il cronometraggio automatico (piastre)

Sommario

- **Rappresentative Regionali** (criteri e modalità di svolgimento) pag. 4
- **Manifestazioni valide come Prove di qualificazione invernali** pag. 5
- **Campionato Regionale Assoluto in vasca corta** pag. 7
- **Campionato Nazionale a squadre 2019/2020 – Coppa Caduti di Brema fase regionale** pag. 9
- **Coppa Toscana sprint** pag. 10
- **Campionato Regionale indoor “open” di fondo** pag. 11
- **Campionato Regionale di Categoria in vasca corta** pag. 13
- **Prova Tempi Limite** pag. 15
- **Prove di qualificazione estive** pag. 17
- **Campionato Nazionale a squadre categoria Ragazzi** pag. 19
- **Campionato Regionale di Categoria in vasca lunga** pag. 20

Rappresentative Regionali

Di seguito le Rappresentative Regionali con le modalità di selezione e svolgimento, divise per settori, previste per la stagione 2019/2020.

Le località di tali incontri, così come il numero dei partecipanti, saranno fornite successivamente con delle apposite circolari.

Settore NUOTO

Rappresentativa JUNIORES e CADETTI

- partecipazione ad un meeting nel mese di aprile/maggio

Selezione al Campionato Regionale di Categoria in vasca corta del 21/23 febbraio 2020
Migliori punteggi dei tempi in base alla tabella dei record regionali.

Rappresentativa RAGAZZI

- partecipazione all'allenamento/incontro formativo da effettuare nel mese di settembre con la presenza di un tecnico nazionale

Selezione al Campionato Regionale di Categoria in vasca lunga del 20/22 luglio 2020.
Primi 3 classificati della categoria femmine e maschi.

Settore FONDO

Rappresentativa RAGAZZI e JUNIORES

- partecipazione al Trofeo delle Regioni

Selezione in base ai risultati del Campionato Regionale indoor open di fondo del 16 febbraio 2020 oltre a dimostrare attitudine per le gare in mare classificandosi fra le prime posizioni

- incontro con la rappresentativa ligure

Da definire data, sede e modalità di svolgimento

MANIFESTAZIONI VALIDE

COME PROVE DI QUALIFICAZIONE INVERNALE

(riservate a tutte le categorie federali)

CONCENTRAMENTI

- A) **FIRENZE** e provincia
- B) **LIVORNO - MASSA CARRARA - PISA - LUCCA - GROSSETO***
- C) **AREZZO - SIENA - PRATO - EMPOLI - PISTOIA****

* Nella 2° prova (11/12 gennaio 2020) le società di Grosseto e provincia gareggeranno nel conc. C

** Nella 2° prova (11/12 gennaio 2020) le società di Pistoia e provincia gareggeranno nel conc. B

PROGRAMMA GARE

Sabato pomeriggio 15.00 - 15.25 femmine 15.25 - 15.50 maschi 16.00 inizio gare	Domenica mattina 8.00 - 8.25 femmine 8.25 - 8.50 maschi 9.00 inizio gare	Domenica pomeriggio 14.45 - 15.10 femmine 15.10 - 15.35 maschi 15.45 inizio gare
50 DO F/M (jun. - cad. - sen.) 400 SL F/M 50 FA F/M (jun. - cad. - sen.) 100 RA F/M 200 MX F/M 200 DO F/M	50 SL F/M 400 MX F/M 100 DO F/M 100 FA F/M 50 RA F/M (jun. - cad. - sen.) 200 SL F/M	200 FA F/M 200 RA F/M 100 SL F/M 800 SL F/M 1500 SL F/M

1° Prova 23/24 novembre 2019 → iscrizioni entro le ore 23.45 di martedì 19/11/'19

- **Concentramento A** – Firenze (piscina San Marcellino)
- **Concentramento B** – Livorno (piscina Bastia)
- **Concentramento C** – Empoli

2° Prova 11/12 gennaio 2020 → iscrizioni entro le ore 23.45 di martedì 07/01/'20

In questa prova le società Azzurra Nuoto Prato e Futura Club Prato gareggeranno nel conc. A (Calenzano)

- **Concentramento A** – Calenzano
- **Concentramento B** – Massarosa
- **Concentramento C** – Colle Val D'Elsa

3° Prova 8/9 febbraio 2020 → iscrizioni entro le ore 23.45 di martedì 04/02/'20

- **Concentramento A** – Firenze (piscina San Marcellino)
- **Concentramento B** – Livorno (piscina Bastia)
- **Concentramento C** – Fucecchio

PARTECIPAZIONE

Ogni atleta potrà partecipare fino ad un massimo di 6 gare per ogni prova. Gli atleti appartenenti al 2^a anno della categoria "Esordienti A" possono partecipare alle prove di qualificazione solo se in possesso dei tempi limite richiesti esclusivamente nelle gare in cui il tempo è stato ottenuto (*pagina 37 del Regolamento settore Nuoto – Stagione 2019-20*).

Ad integrazione di quanto disposto dal Regolamento Federale si specifica che gli "Esordienti A" potranno partecipare alle prove di qualificazione di categoria nelle distanze dei 50mt. stile libero - 200mt. stile libero - 200 mt. dorso - 200 mt. rana - 200 mt. farfalla solo se in possesso del tempo limite richiesto nelle relative gare da 100mt.; per i 400mt. misti occorrerà il tempo dei 200mt. misti mentre per gli 800mt. stile libero femmine e 1500mt. stile libero maschi quello dei 400mt. stile libero.

Nelle serie degli 800/1500mt. stile libero partiranno per primi gli atleti accreditati dei migliori tempi d'iscrizione anche se conseguiti nella passata stagione.

Si fa presente a tutte le Società che il Campionato Regionale di Categoria in vasca corta non prevede l'assegnazione del titolo degli 800mt. stile libero maschili e del titolo dei 1500mt. stile libero femminili.

Considerato che per partecipare ai Campionato Italiano Assoluto è necessario ottenere i relativi tempi limite, si dispone quanto segue per l'effettuazione delle gare suddette durante le prove di qualificazione:

- Le femmine iscritte nella gara dei 1500 stile libero gareggeranno insieme ai maschi così come i maschi iscritti agli 800 stile libero gareggeranno insieme alle femmine, in serie miste composte sulla base dei tempi di iscrizione;
- I tempi ottenuti in tale occasione dalle femmine nei 1500 stile libero e dai maschi negli 800 stile libero non potranno essere omologati per nessun tipo di record (regionale, nazionale, etc.) mentre saranno validi a tutti gli effetti come tempi di accesso alle manifestazioni per le quali è richiesto un tempo di qualificazione;
- I risultati di queste due gare dovranno essere predisposti separatamente dividendo le rispettive classifiche fra femmine e maschi, al fine della trasmissione dei risultati alla FIN centrale per la corretta registrazione.
- Per essere iscritti alle gare dei 1500mt. stile libero femminili e degli 800mt. stile libero maschili è necessario che gli atleti, nella stagione 2018/2019 o 2019/2020, abbiano ottenuto un tempo pari o inferiore ai seguenti:

FEMMINE	MASCHI
800 SL 9'10"00	1500 SL 16'20"00

Il Comitato Regionale si riserverà il diritto di verificare che le atlete iscritte ai 1500mt. stile libero femminili così come gli iscritti agli 800mt. stile libero maschili abbiano realmente conseguito i tempi di cui sopra.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

Il costo delle iscrizioni è di € 5.50 per ogni gara.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

NORME INTEGRATIVE

- Gli atleti toscani tesserati per società al di fuori della regione sono autorizzati a partecipare alle manifestazioni organizzate dal C.R.T. (o comunque inserite nel calendario del C.R.T.) nelle sedi di appartenenza delle società presso le quali svolgono la loro attività. La loro partecipazione è limitata a tutte quelle manifestazioni che **NON SONO A NUMERO CHIUSO E/O CHE NON ASSEGNANO TITOLI REGIONALI.**
- Gli atleti toscani tesserati per società della regione, ma residenti in province diverse da quelle delle società per le quali sono tesserati (siano essi "Esordienti" o "Categoria") **POTRANNO GAREGGIARE NEI CONCENTRAMENTI DI PERTINENZA IN BASE ALLA LORO RESIDENZA.** Per gareggiare nei concentramenti di residenza è necessario **CHE LE LORO SOCIETA' FACCIANO RICHIESTA SCRITTA AL C.R.T;** il Comitato, autorizzandoli, ne darà comunicazione ufficiale alle società organizzazioni che saranno così in grado di riceverne le iscrizioni.

CAMPIONATO REGIONALE ASSOLUTO IN VASCA CORTA

(riservato alle categorie federali Seniores-Cadetti-Juniores-Ragazzi)

30 novembre / 1 dicembre 2019

LIVORNO (piscina Bastia)

Sabato 30/11 pomeriggio 15.00 - 15.30 femmine 15.30 - 16.00 maschi 16.15 inizio gare	Domenica 1/12 mattina 8.30 - 9.00 femmine 9.00 - 9.30 maschi 9.45 inizio gare	Domenica 1/12 pomeriggio 14.30 - 15.00 femmine 15.00 - 15.30 maschi 15.45 inizio gare
200SL F/M 200RA F/M 100DO F/M 50FA F/M 200MX F/M 1500SL M 4X100SL F/M	400SL F/M 50RA F/M 100FA F/M 200DO F/M 50SL F/M 100MX F/M 4X200SL F/M	100SL F/M 400MX F/M 200FA F/M 100RA F/M 50DO F/M 800SL F 4X100MX M/F

AMMISSIONE

I migliori **24** atleti a livello assoluto + **2** riserve nelle distanze 50/100/200mt., 400mt. SL e 400mt. MX.

I migliori **16** atleti a livello assoluto + **2** riserve nella gara 800/1500mt. SL.

Staffette: l'iscrizione è libera. Ogni società potrà iscrivere solo una squadra per settore.

Saranno ritenuti validi i tempi ottenuti nella stagione 2018/2019 in vasca corta (o in vasca lunga con abbuono come da tabella federale) e quelli ottenuti nella stagione 2019/2020 entro la data del 17/11/2019.

Non saranno ammessi in alcun modo gli atleti "Esordienti A" (neanche per la composizione delle staffette).

PARTECIPAZIONE

Ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 4 gare individuali e 3 staffette.

Gli atleti gareggeranno per serie decrescenti.

Come previsto dal Regolamento del settore Nuoto stagione 2019/2020 gli atleti in regime di doppio tesseramento (civile e militare) **non potranno essere iscritti come staffettisti dalle proprie società civili.**

PUNTEGGI

Ai primi **24** atleti classificati: **25-23-22-21-20-19-18-17...1** (staffette: punteggio **doppio**).

Saranno premiati i primi **3** atleti gara/sesso e le prime **3** Società.

PREMIAZIONI

Sia nelle gare *individuali* che nelle *staffette* saranno premiati i primi 3 atleti/formazioni di ogni gara.

Società: saranno premiate le prime 3 società classificate.

Saranno premiate la migliore prestazione femminile e quella maschile in base al punteggio dei tempi derivante dalla tabella dei record regionali.

RISERVE

Si dispone che le RISERVE vengano inserite anche in caso di mancata presentazione di uno degli atleti all'addetto ai concorrenti. (al quale addetto le riserve stesse dovranno presentarsi insieme agli atleti della gara prevista). Resta inteso che per il migliore svolgimento della manifestazione è DETERMINANTE che vengano dichiarati gli assenti all'inizio di ogni turno gara.

ASSENZE - CONFERME

Le Società dovranno comunicare gli assenti (o dare **CONFERMA per 800/1500mt. SL**) entro **30'** dall'inizio del turno gara. Ad ogni assenza non comunicata verranno comminati 5 punti di penalizzazione nella classifica per Società.

ATLETI NAZIONALI

Per gli atleti iscritti, ma assenti in quanto convocati per manifestazioni o allenamenti collegiali dalla FIN, le Società dovranno produrre documentazione scritta di convocazione. In tal caso varranno le normative emanate dalla Federnuoto Nazionale e non sarà comminata alcuna penalizzazione.

N.B.: le assenze di tali atleti dovranno comunque essere comunicate all'inizio di ogni turno gara.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni individuali e di staffetta dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

100 MX: *in mancanza di un tempo utile nel portale procedere all'iscrizione inserendo, tramite la funzione SEGNALAZIONI, il tempo dei 200 MX indicando TEMPO, LUOGO e DATA di conseguimento effettivi.*

Il Comitato, per parametrare le iscrizioni dei 100 MX (con il tempo effettivamente conseguito) con quelle dei 200 MX (con il tempo segnalato), assegnerà alle due gare il relativo punteggio tabellare FINA in base al quale verranno poi definiti i 24 qualificati più le 2 riserve.

La modalità delle suddette iscrizioni saranno, comunque, successivamente comunicate con un'apposita circolare.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23.45 di venerdì 22 novembre 2019.**

Il costo delle iscrizioni è di € 5.50 per le gare individuali e di € 7.50 per ogni staffetta.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

CAMPIONATO NAZIONALE A SQUADRE 2019/2020

COPPA CADUTI DI BREMA - *Fase regionale*

15 dicembre 2019
LIVORNO (piscina Bastia)

Le Società interessate dovranno inviare al C.R. Toscana entro il giorno **1 dicembre 2019** la propria eventuale adesione su carta intestata, non essendovi squadre ammesse di diritto, all'indirizzo mail: nuoto.toscana@federnuoto.it

Alla Società che pur iscritta non si presenti alla manifestazione sarà comminata una sanzione pari a € 300,00.

Per quanto riguarda il Regolamento della manifestazione si rimanda alle normative stabilite dalla F.I.N. (pagine 67, 68 e 69 del Regolamento settore Nuoto - Stagione 2019-20)

Gli orari saranno i seguenti:

Turno 1 mattino

riscaldamento femmine ore 8.30 - 8.55 / riscaldamento maschi ore 8.55 - 9.20

Inizio Gare ore 9.30

Turno 2 pomeriggio

riscaldamento maschi ore 15.15 - 15.40 / riscaldamento femmine ore 15.40 - 16.05

Inizio Gare ore 16.15

Il Giudice Arbitro provvederà per sorteggio a stabilire le corsie di partenza, che dovranno ruotare ogni 2 gare.

La manifestazione si svolgerà fino ad un massimo di 16 Società partecipanti in una sola sede; oltre le 16 partecipanti si valuterà se inserire un secondo concentramento e, nell'eventualità, le Società iscritte saranno divise tra i concentramenti, e tra le serie di uno stesso concentramento, sulla base delle classifiche della passata stagione, in modo da far gareggiare insieme le Società migliori, inserendo nel primo girone le migliori 16 classificate dell'edizione 2018/2019 e in un altro girone tutte le altre.

Si ricorda che in tale manifestazione NON è consentita la partecipazione di atleti di nazionalità o di rappresentanza sportiva non italiana così come riportato nel **Regolamento settore Nuoto - Stagione 2019/2020 alla pagina 29**. Si invitano pertanto le società che avessero atleti in questione di tenere presente quanto previsto dalla normativa federale in materia.

Le iscrizioni individuali dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

La suddivisione delle società e tutte le altre informazioni (costo iscrizioni, etc.) saranno comunicate successivamente con un'apposita circolare.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23.45 di martedì 10/12/'19.**

Il costo delle iscrizioni è di € 50,00 per il settore femminile e di € 50,00 per il settore maschile.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

COPPA TOSCANA SPRINT

22 dicembre 2019

FIRENZE (piscina San Marcellino)

Domenica 22/12 mattina	Domenica 22/12 pomeriggio
8.00 - 8.30 femmine	14.30 - 15.00 femmine
8.30 - 9.00 maschi	15.00 - 15.30 maschi
9.15 inizio gare	15.45 inizio gare
BATTERIE	FINALI
50 FA F/M	50 FA F/M
50 RA F/M	50 RA F/M
100 MX F/M	4x50 SL F/M
50 DO F/M	100 MX F/M
50 SL F/M	50 DO F/M
	50 SL F/M
	4X50 MX F/M

PARTECIPAZIONE

L'iscrizione a tale manifestazione è libera e riservata alle categorie Ragazzi, Juniores e Unica (Cadetti + Seniores).
Le batterie e le finali si disputeranno per anno di nascita ad esclusione della categoria Unica (Cadetti + Seniores) che gareggerà insieme.

Le batterie saranno disputate a testa di serie.

Ogni atleta potrà partecipare a 2 gare individuali e 2 staffette.

Ogni Società potrà iscrivere 1 staffetta per categoria/sexo.

PREMIAZIONI

Individuali: Ragazzi e Juniores saranno premiati i primi 3 atleti per anno di nascita; Cadetti e Seniores saranno premiati insieme in un'unica categoria (Unica).

Staffette: saranno premiate le prime 3 staffette classificate di ogni categoria (Ragazzi, Juniores e Unica).

Non sono previste premiazioni di società.

AMMISSIONE ALLE FINALI

I migliori **6** tempi per anno di nascita nella categoria Ragazzi e Juniores ed i migliori **6** tempi della categoria unica Cadetti + Seniores di ogni gara individuale + **2** riserve delle batterie del mattino accederanno alle finali del pomeriggio.

Le staffette verranno disputate direttamente il pomeriggio e saranno ad iscrizione libera.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni individuali e di staffetta dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23.45 di venerdì 13/12/'19.**

100 MX: coloro che non avranno un tempo utile di riferimento dovranno essere iscritti con un tempo tramite la funzione **SEGNALAZIONI**; in caso contrario l'iscrizione verrà considerata senza tempo.

Il costo delle iscrizioni è di € 5.50 per le gare individuali e di € 7.50 per ogni staffetta.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale

CAMPIONATO REGIONALE INDOOR "OPEN" DI FONDO

(riservato alle categorie federali Ragazzi-Juniores-Cadetti-Seniores)

16 febbraio 2020

LIVORNO (piscina Camalich) – vasca mt. 50

Categoria Ragazzi 3000 mt. F/M – altre Categorie 5.000 mt. S.L. F/M

PROGRAMMA

La manifestazione è riservata agli atleti regolarmente tesserati per la FIN nella stagione 2019/2020 e si svolgerà con il seguente programma:

- MATTINO: riscaldamento ore 8.30 - 9.00 **inizio gare ore 9.15** Categoria RAGAZZI
- POMERIGGIO: riscaldamento ore 14.30 - 15.00 **inizio gare ore 15.15** altre CATEGORIE

REGOLAMENTO

L'ammissione alla gara sarà possibile soltanto per quegli atleti che hanno conseguito, nella stagione in corso o in quella 2018/2019, un tempo uguale o inferiore ai seguenti:

Categoria	Maschi (1500mt. stile libero)	Femmine (800mt. stile libero)
Ragazzi maschi (anno 2004)	19'30"0	/
Ragazzi maschi (anno 2005/2006)	20'00"0	/
Ragazzi Femmine (anno 2006)	/	10'20"0
Ragazzi Femmine (anno 2007)		10'40"0
Junior	18'50"0	9'55"0
Cadetti e Seniores	18'00"0	9'40"0

- Il CR Toscano valutato il numero di iscrizioni pervenute si riserva di far disputare, in tutto o in parte, le serie con 2 atleti per corsia. In questo caso, a giudizio del Giudice Arbitro, gli atleti potranno esser fatti partire tutti insieme o potrà essere dato un secondo "via" a 30 secondi di distanza dal primo.
- La segnalazione agli atleti del numero di vasche percorse sarà a cura degli allenatori e/o accompagnatori; quando un allenatore abbia più atleti in gara contemporaneamente, essi dovranno essere sistemati in corsie vicine; per tenere il conteggio dei passaggi è opportuno utilizzare gli appositi modelli.
- Gli allenatori, per effettuare le segnalazioni suddette, potranno accedere a tre lati della vasca, lasciando comunque liberi gli spazi destinati ad ufficiali gara e cronometristi; per concordare la registrazione dei passaggi, le modalità di segnalazione degli stessi e la relativa utilizzazione degli spazi, dovrà tenersi una riunione tecnica preliminare estesa a tutti gli operatori presenti: responsabili organizzativi, Giudice Arbitro ed ufficiali gara, cronometristi, allenatori e/o rappresentanti di società.
- Considerata l'alta probabilità di notevoli distacchi tra i vari partecipanti, agli atleti che abbiano terminato la prova è consentito uscire dalla vasca prima che gli altri concorrenti abbiano ultimato la gara, con l'avvertenza di non ostacolarne il transito.
- ***A tale manifestazione sono iscrivibili di diritto, anche se non in possesso del tempo limite richiesto, gli atleti inseriti nel "Centro Regionale Toscana nuoto di fondo e nuoto in acque libere" segnalati dalla Commissione Tecnica.***

PREMIAZIONI

Saranno premiati i primi tre atleti per categoria come segue:

- Ragazzi maschi: primi 3 classificati dei primi due anni (in classifica unica 2005/2006)
primi 3 classificati del terzo anno (2004)
- Ragazzi femmine: prime 3 classificate anno 2007 e prime 3 classificate anno 2006
- Juniores: prime 3 classificate femmine e primi 3 classificati maschi
- Cadetti: prime 3 classificate femmine e primi 3 classificati maschi
- Seniores: prime 3 classificate femmine e primi 3 classificati maschi

Nel caso che nelle prime tre posizioni ci siano atleti extra-regione saranno effettuate due premiazioni, una riservata agli atleti Toscani ed una "Open".

Non sono previste premiazioni di società.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto (**gare FONDO**), seguendo le indicazioni.

Il Comitato Regionale si riserva il diritto di verificare che gli atleti iscritti ai 3000 mt. ed ai 5000 mt. abbiano realmente conseguito, nell'arco temporale sopra riportato, i relativi tempi negli 800 stile libero (per le femmine) e nei 1500 stile libero (per i maschi) di cui alla relativa tabella.

La modalità delle suddette iscrizioni saranno comunicate successivamente con un'apposita circolare.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23.45 di giovedì 13/02/'20.**

Il costo delle iscrizioni è di € 6.00 per ogni gara.

La procedura di pagamento è gestita dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

CAMPIONATO REGIONALE DI CATEGORIA IN VASCA CORTA

(riservato alle categorie federali Seniores-Cadetti-Juniores-Ragazzi)

21/22/23 febbraio 2020
LIVORNO (piscina Bastia)

21 febbraio 2020

Venerdì mattina 8.00 - 8.30 femmine 8.30 - 9.00 maschi 9.15 inizio gare	Venerdì pomeriggio 15.00 - 15.30 femmine 15.30 - 16.00 maschi 16.15 inizio gare
50 DO F/M (sen./cad.-jun.) 100 RA F/M 400 SL F/M	200 FA F/M 200 MX F/M 50 SL F/M

22 febbraio 2020

Sabato mattina 8.00 - 8.30 femmine 8.30 - 9.00 maschi 9.15 inizio gare	Sabato pomeriggio 15.00 - 15.30 femmine 15.30 - 16.00 maschi 16.15 inizio gare
100 DO F/M 100 FA F/M 200 RA F/M	50 FA F/M (sen./cad.-jun.) 400 MX F/M 200 SL F/M

23 febbraio 2020

Domenica mattina 8.00 - 8.30 femmine 8.30 - 9.00 maschi 9.15 inizio gare	Domenica pomeriggio 15.15 - 16.00 riscaldamento unico 16.15 inizio gare
200 DO F/M 50 RA F/M (sen./cad.-jun.) 100 SL F/M	800 SL F 1500 SL M

AMMISSIONE

Categoria CADETTI+SENIORES

24 atleti tra le due categorie congiunte + 4 ris. nelle distanze 50/100mt. SL/DO/RA/FA

16 atleti tra le due categorie congiunte + 4 ris. nelle gare 200mt. SL/DO/RA/FA/MX, 400mt. SL e 400mt. MX

16 atleti tra le due categorie congiunte nelle gare 800/1500mt. SL (senza riserve)

Categoria JUNIORES

16 atleti per anno + 2 ris. nelle gare 50/100/200 mt. SL/DO/RA/FA/MX

8 atleti per anno + 2 ris. nelle gare 400mt. SL, 400mt. MX e 800/1500mt. SL

Categoria RAGAZZI

24 atleti per anno + 2 ris. nelle distanze 50mt. SL, 100mt. SL/DO/RA/FA

24 atleti per anno + 2 ris. nelle gare 200mt. SL/DO/RA/FA/MX, 400mt. SL

16 atleti per anno + 2 ris. nella gara 400mt. MX

8 atleti per anno + 2 ris. nella gara 800/1500mt. SL

PARTECIPAZIONE

Ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 6 gare individuali.

Gli atleti gareggeranno per anno di nascita (Juniores e Ragazzi) o per categoria (Cadetti/Senior).

Ogni gara si svolgerà a partire dalla categoria superiore alle inferiori (Cadetti/Seniores, Juniores e Ragazzi) e nelle categorie Juniores e Ragazzi dalla classe di età maggiore a quella minore.

Gli atleti appartenenti al 2^a anno di categoria Esordienti A NON potranno essere iscritti.

PUNTEGGI

Saranno assegnati in ogni gara i punteggi **individuali** ad un massimo di 16 atleti per anno (per categoria nei Cadetti e Seniores).

I punteggi saranno i seguenti: 17 al 1° classificato, 15 al 2° classificato, 14 al 3° classificato e così via fino ad 1 punto per il 16° classificato.

PREMIAZIONI

Individuali: Cadetti e Senior saranno premiati separati per categoria; Ragazzi e Juniores saranno premiati, **con deroga alla norma di Regolamento Nazionale concessa dalla Direzione Sportiva**, i primi 3 atleti per anno di nascita.

Squadra: saranno premiate le prime 3 società classificate di ogni categoria.

Saranno premiate la migliore prestazione di ogni categoria (Seniores, Cadetti, Juniores e Ragazzi) e sesso in base al punteggio dei tempi derivante dalla tabella dei record regionali.

Saranno, inoltre, premiati ("Toscana Azzurra 2020") quegli atleti che hanno partecipato con la nazionale italiana, nella stagione 2018/2019 e nella stagione 2019/2020 limitatamente al mese di gennaio 2020, ad una manifestazione ufficiale.

Infine verrà consegnato il premio "Allenatore Sergio Pasquali 2020" all'allenatore che nella passata stagione si è particolarmente distinto.

RISERVE

Si dispone che le RISERVE vengano inserite anche in caso di mancata presentazione di uno degli atleti all'addetto ai concorrenti, (al quale addetto le riserve stesse dovranno presentarsi insieme agli atleti della gara prevista). Resta inteso che per il migliore svolgimento della manifestazione è DETERMINANTE che vengano dichiarati gli assenti all'inizio di ogni turno gara.

ASSENZE - CONFERME

Le Società dovranno comunicare gli assenti (o dare CONFERMA per 800/1500 SL) entro 30' dall'inizio del turno gara. Ad ogni assenza non comunicata **verranno comminati 10 punti di penalizzazione** nella classifica per Società.

ATLETI NAZIONALI

Per gli atleti iscritti, ma assenti in quanto convocati per manifestazioni o allenamenti collegiali dalla FIN, le Società dovranno produrre documentazione scritta di convocazione. In tal caso varranno le normative emanate dalla Federnuoto Nazionale e non sarà comminata alcuna penalizzazione. N.B.: le assenze di tali atleti dovranno comunque essere comunicate all'inizio di ogni turno gara

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

Saranno ritenuti validi i tempi ottenuti solo in vasca da mt. 25 nella stagione 2019/2020 entro la data del 09/02/2020.

La modalità delle suddette iscrizioni saranno comunicate successivamente con un'apposita circolare.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23.45 di venerdì 14/02/'20.**

Il costo delle iscrizioni è di € 5.50 per ogni gara.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

PROVA TEMPI LIMITE

15 marzo 2020
MASSAROSA (LU)

PROGRAMMA GARE

MATTINA

Riscaldamento: **maschi ore 8.30 - 8.55 / femmine ore 8.55 - 9.20**

Inizio gare ore 9.30

50 dorso maschi (Jun./Cad./Sen.)
200 misti femmine
400 stile libero maschi
200 stile libero femmine
100 farfalla maschi
50 farfalla femmine (Jun./Cad./Sen.)
100 rana femmine
200 rana maschi
100 dorso femmine
200 dorso maschi
50 rana maschi (Jun./Cad./Sen.)
200 farfalla femmine
100 stile libero maschi
50 stile libero femmine
400 misti maschi
800 stile libero femmine
4x100 stile libero maschi e femmine

POMERIGGIO

Riscaldamento: femmine **ore 14.30 - 14.55 / maschi ore 14.55 - 15.20**

Inizio gare ore 15.30

50 dorso femmine (Jun./Cad./Sen.)
200 misti maschi
400 stile libero femmine
200 stile libero maschi
100 farfalla femmine
50 farfalla maschi (Jun./Cad./Sen.)
100 rana maschi
200 rana femmine
100 dorso maschi
200 dorso femmine
50 rana femmine (Jun./Cad./Sen.)
200 farfalla maschi
100 stile libero femmine
50 stile libero maschi
400 misti femmine
1500 stile libero maschi
4x100 stile mista femmine e maschi

REGOLAMENTO

La manifestazione è riservata agli atleti appartenenti alle categorie RAGAZZI, JUNIORES, CADETTI e SENIORES.

Nelle gare individuali e nelle staffette le batterie verranno disputate in base ai tempi di iscrizione (dai più lenti ai più veloci) senza considerare la categoria di appartenenza; nella gara degli 800 SL femmine e 1500 SL maschi, invece, si inizierà dalla batteria più veloce.

Eventuali variazioni alla successione delle gare di cui sopra saranno comunicate tempestivamente.

PARTECIPAZIONE

Ogni società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti ed ogni atleta potrà essere iscritto ad un massimo di **3 gare individuali e 2 staffette**.

Ogni società potrà iscrivere al massimo una formazione di staffetta per tipo/categoria/sexo.

Le gare dei 50, 100 e 200 metri di ogni stile non avranno limitazione di partecipazione.

L'ammissione alle successive gare, invece, sarà limitata nel seguente modo:

- 400 SL e 400 MX - saranno ammessi soltanto coloro che risulteranno **entro 5 secondi** e non oltre dal relativo tempo limite dei Criteria Nazionali (per la categoria Seniores vale il tempo dei Cadetti);
- 800 SL femmine - saranno ammesse soltanto coloro che risulteranno **entro 10 secondi** e non oltre dal relativo tempo limite dei Criteria Nazionali (per le Seniores vale il tempo delle Cadette);
- 1500 SL maschi - saranno ammessi soltanto coloro che risulteranno **entro 20 secondi** e non oltre dal relativo tempo limite dei Criteria Nazionali (per i Seniores vale il tempo dei Cadetti).

Il Comitato Regionale si riserverà il diritto di verificare che le iscrizioni delle gare di cui sopra rientrino nei limiti stabiliti.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

La chiusura delle iscrizioni sarà **alle ore 23.45 di martedì 10 marzo 2020**.

Il costo delle iscrizioni è di € 5.50 per le gare individuali e di € 7.50 per ogni staffetta.

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

MANIFESTAZIONI VALIDE COME PROVE DI QUALIFICAZIONE ESTIVE

(riservate a tutte le categorie federali)

- **GARE "corte"** (50/100/200 mt.) - 3 turni gara
Concentramento unico Regionale
- **I PROVA LIVORNO** (piscina Camalich) – vasca mt. 50
2 maggio 2020 (1° turno POMERIGGIO)
3 maggio 2020 (2° turno MATTINA - 3° turno POMERIGGIO)
 - **II PROVA LIVORNO** (piscina Camalich) – vasca mt. 50
13 giugno 2020 (1° turno POMERIGGIO)
14 giugno 2020 (2° turno MATTINA - 3° turno POMERIGGIO)

ORARI e PROGRAMMA

1° turno POMERIGGIO

Riscaldamento femmine **ore 14.15 - 14.40** - Maschi **ore 14.40 - 15.05** / Inizio gare **ore 15.15**

200 FA f/m

100 DO f/m

200 RA f/m

100 SL f/m

2° turno MATTINA

Riscaldamento femmine **ore 8.00 - 8.25** - Maschi **ore 8.25 - 8.50** / Inizio gare **ore 9.00**

50 DO f/m (Jun- Cad - Sen)

100 FA f/m

50 RA f/m (Jun- Cad - Sen)

200 SL f/m

3° turno POMERIGGIO

Riscaldamento femmine **ore 14.15 - 14.40** - Maschi **ore 14.40 - 15.05** / Inizio gare **ore 15.15**

50 FA f/m (Jun- Cad - Sen)

200 DO f/m

100 RA f/m

200 MX f/m

50 SL f/m

- **GARE "lunghe"** (400/800/1500 mt. SL – 400 mt. MX) - 3 turni gara
Concentramento unico Regionale
- **I PROVA LIVORNO** (piscina Camalich) – vasca mt. 50
23 maggio 2020 (1° turno POMERIGGIO)
24 maggio 2020 (2° turno MATTINA - 3° turno POMERIGGIO)
 - **II PROVA LIVORNO** (piscina Camalich) – vasca mt. 50
20 giugno 2020 (1° turno POMERIGGIO)
21 giugno 2020 (2° turno MATTINA - 3° turno POMERIGGIO)

ORARI e PROGRAMMA

1° turno POMERIGGIO

Riscaldamento unico **ore 14.15 - 14.45** / Inizio gare **ore 15.00**

1500 SL femmine

1500 SL maschi

800 SL maschi (sono esclusi i nati nell'anno 2006)

2° turno MATTINA

Riscaldamento unico **ore 8.00 - 8.30** / Inizio gare **ore 8.45**

400 MX femmine

400 MX maschi

800 SL femmine

3° turno POMERIGGIO

Riscaldamento unico **ore 15.00 - 15.30** / Inizio gare **ore 15.45**

400 SL femmine

400 SL maschi

PARTECIPAZIONE

In ciascuna delle prove delle **gare "corte"** ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di **4 gare** indipendentemente dal turno gara mentre in ciascuna delle prove delle **gare "lunghe"** ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di **2 gare per ogni prova** (sempre indipendentemente dal turno gara).

In quest'ultimo caso l'unica limitazione è che le femmine che disputeranno i 1500 stile libero non potranno fare gli 800 stile libero (e viceversa) nella stessa prova così come i maschi che si iscriveranno negli 800 stile libero non potranno fare i 1500 stile libero (e viceversa) nella stessa prova.

Gli atleti appartenenti al 2^a anno della categoria Esordienti A possono partecipare solo se in possesso dei tempi limite richiesti esclusivamente nelle gare in cui il tempo è stato ottenuto (*pagina 37 del Regolamento settore Nuoto - Stagione 2019-20*).

Ad integrazione di quanto disposto dal Regolamento Federale si specifica che gli "Esordienti A" potranno partecipare alle prove di qualificazione estiva di categoria nelle distanze dei 200mt. stile libero - dorso - rana - farfalla solo se in possesso del tempo limite richiesto nelle relative gare da 100mt.; per i 400mt. misti occorrerà il tempo dei 200mt. misti e per gli 800mt. stile libero e 1500mt. stile libero quello dei 400mt. stile libero.

Nelle serie degli 800/1500mt. stile libero partiranno per primi gli atleti accreditati dei migliori tempi d'iscrizione.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

CHIUSURA ISCRIZIONI:

- per la **I prova distanze corte** sarà alle ore 23.45 del 28/04/'20
- per la **I prova distanze lunghe** sarà alle ore 23.45 del 19/05/'20
- per la **II prova distanze corte** sarà alle ore 23.45 del 09/06/'20
- per la **II prova distanze lunghe** sarà alle ore 23.45 del 16/06/'20

Il costo delle iscrizioni è di € 5.50 sia per le gare "corte" che per le gare "lunghe".

La procedura di pagamento è gestita interamente dall'apparato gestionale presente nella piattaforma informatica federale.

NORME INTEGRATIVE

Gli atleti toscani tesserati per società al di fuori della regione sono autorizzati a partecipare alle manifestazioni organizzate dal C.R.T. (o comunque inserite nel calendario del C.R.T.) nelle sedi di appartenenza delle società presso le quali svolgono la loro attività. La loro partecipazione è limitata a tutte quelle manifestazioni che **NON SONO A NUMERO CHIUSO E/O CHE NON ASSEGNANO TITOLI REGIONALI**;

Gli atleti toscani tesserati per società della regione, ma residenti in provincie diverse da quelle delle società per le quali sono tesserati, siano essi esordienti o categoria, **POTRANNO GAREGGIARE NEI CONCENTRAMENTI DI PERTINENZA IN BASE ALLA LORO RESIDENZA**. Per gareggiare nei concentramenti di residenza è necessario **CHE LE LORO SOCIETA' FACCIANO RICHIESTA SCRITTA AL C.R.T.**; il Comitato, autorizzandoli, ne darà comunicazione ufficiale alle organizzazioni periferiche che saranno così in grado di riceverne le iscrizioni.

CAMPIONATO NAZIONALE A SQUADRE

Categoria RAGAZZI

7 giugno 2020

BOLOGNA (piscina Carmen Longo) - 50 metri

REGOLAMENTO (pagine 83 e 84 del Regolamento settore Nuoto - Stagione 2019-2020)

La manifestazione è articolata in una gara a squadre con classifica per società (separata maschile e femminile), dove ogni società partecipante potrà iscrivere un solo atleta per gara ed una sola staffetta per tipo e sezione.

Ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 4 gare incluse le staffette. La partecipazione è riservata ad atleti della sola categoria ragazzi, **con esclusione degli atleti esordienti.**

Ogni società potrà iscrivere una sola squadra per sezione; ogni società potrà partecipare anche con una sola sezione (maschile o femminile).

La classifica, distinta per sezioni, verrà redatta in base alla somma dei punti ottenuta da ogni società, assegnando il punteggio tabellare corrispondente ad ogni prestazione conseguita in ogni gara individuale e di staffetta.

Le classifiche nazionali conseguenti, stilate per ciascun settore sulla base dei punteggi tabellari corrispondenti alle varie prestazioni ottenute, determineranno l'assegnazione dei due titoli distinti di Società **Campione d'Italia a Squadre Ragazzi maschile e femminile 2020**, la cui premiazione avverrà in occasione dei **Campionato Italiano di Categoria**.

Si ricorda che in tale manifestazione NON è consentita la partecipazione di atleti di nazionalità o di rappresentanza sportiva non italiana così come riportato nel **Regolamento settore Nuoto - Stagione 2019/2020 alla pagina 29**. Si invitano pertanto le società che avessero atleti in questione di tenere presente quanto previsto dalla normativa federale in materia.

La partecipazione è subordinata alla presentazione, da parte delle Società interessate, dell'adesione da inviare per mail all'indirizzo nuoto.toscana@federnuoto.it ENTRO IL 7 APRILE 2020.

PROGRAMMA (gli orari saranno comunicati successivamente)

1^ Parte
200 SL F/M
100 DO F/M
100 RA F/M
50 SL F/M
200 FA F/M
400 MX F/M
4x100 SL F/M

1^ Parte
200 SL F/M
100 DO F/M
100 RA F/M
50 SL F/M
200 FA F/M
400 MX F/M
4x100 SL F/M

ISCRIZIONI:

Le iscrizioni individuali e di staffetta dovranno essere fatte con la **modalità ON-LINE** sul portale della Federazione Italiana Nuoto, seguendo le indicazioni.

La chiusura delle iscrizioni sarà **entro il 27/05/'20.**

Il costo delle iscrizioni è di € 100,00 nel caso di partecipazione ad entrambe le sezioni o € 50,00 nel caso di partecipazioni con una sezione (solo la sezione femminile o solo quella maschile).

La **tassa gara per le società toscane** dovrà essere pagata tramite bonifico bancario (alle coordinate più sotto riportate) inviando successivamente la relativa copia di attestazione via mail a **info@finemiliaromagna.it**

IBAN CR EMILIA-ROMAGNA:

IT 67 F 01005 03309 000 000000708

BNL Via Nigra 15 Roma

Causale: NOME SOCIETA' - CAMP.A SQUADRE RAGAZZI 2019/20

CAMPIONATO REGIONALE DI CATEGORIA IN VASCA LUNGA

(riservato alle categorie federali **Seniores-Cadetti-Juniores**)

16/17/18/19 luglio 2020
LIVORNO (piscina Camalich)

<p><u>giovedì 16/7 mattina</u> 8.15-8.45 Risc. femmine 8.45-9.15 Risc. maschi Inizio gare ore 9.30</p>	<p><u>venerdì 17/7 mattina</u> 8.15-8.45 Risc. femmine 8.45-9.15 Risc. maschi Inizio gare ore 9.30</p>	<p><u>sabato 18/7 mattina</u> 8.15-8.45 Risc. femmine 8.45-9.15 Risc. maschi Inizio gare ore 9.30</p>
<p>200FA Cad/Sen-Jun F 100FA Cad/Sen-Jun M 100DO Cad/Sen-Jun F 100DO Cad/Sen-Jun M 50RA Cad/Sen-Jun F 50RA Cad/Sen-Jun M 50SL Cad/Sen-Jun F 200SL Cad/Sen-Jun M 400MX Cad/Sen-Jun F 400MX Cad/Sen-Jun M 800SL Cad/Sen-Jun F</p>	<p>50FA Cad/Sen-Jun F 50FA Cad/Sen-Jun M 200DO Cad/Sen-Jun F 200DO Cad/Sen-Jun M 100SL Cad/Sen-Jun F 100RA Cad/Sen-Jun M 100RA Cad/Sen-Jun F 400SL Cad/Sen-Jun M 400SL Cad/Sen-Jun F 50SL Cad/Sen-Jun M</p>	<p>200FA Cad/Sen-Jun M 100FA Cad/Sen-Jun F 100SL Cad/Sen-Jun M 200RA Cad/Sen-Jun F 200RA Cad/Sen-Jun M 200SL Cad/Sen-Jun F 50DO Cad/Sen-Jun M 50DO Cad/Sen-Jun F 200MX Cad/Sen-Jun M 200MX Cad/Sen-Jun F</p>
<p><u>giovedì 16/7 pomeriggio</u> 14.30-15.00 Risc. femmine 15.00-15.30 Risc. maschi Inizio gare ore 15.45</p>	<p><u>venerdì 17/7 pomeriggio</u> 14.30-15.00 Risc. femmine 15.00-15.30 Risc. maschi Inizio gare ore 15.45</p>	<p><u>sabato 18/7 pomeriggio</u> 14.30-15.00 Risc. femmine 15.00-15.30 Risc. maschi Inizio gare ore 15.45</p>
<p>200FA Cad/Sen-Jun F 100FA Cad/Sen-Jun M 100DO Cad/Sen-Jun F 100DO Cad/Sen-Jun M 50RA Cad/Sen-Jun F 50RA Cad/Sen-Jun M 50SL Cad/Sen-Jun F 200SL Cad/Sen-Jun M 400MX Cad/Sen-Jun F 400MX Cad/Sen-Jun M 800SL Cad/Sen-Jun F 800SL Cad/Sen-Jun M 4x100SL Cad/Sen-Jun F 4x100SL Cad/Sen-Jun M</p>	<p>50FA Cad/Sen-Jun F 50FA Cad/Sen-Jun M 200DO Cad/Sen-Jun F 200DO Cad/Sen-Jun M 100SL Cad/Sen-Jun F 100RA Cad/Sen-Jun M 100RA Cad/Sen-Jun F 400SL Cad/Sen-Jun M 400SL Cad/Sen-Jun F 50SL Cad/Sen-Jun M 4x200SL Cad/Sen-Jun F</p>	<p>200FA Cad/Sen-Jun M 100FA Cad/Sen-Jun F 100SL Cad/Sen-Jun M 200RA Cad/Sen-Jun F 200RA Cad/Sen-Jun M 200SL Cad/Sen-Jun F 50DO Cad/Sen-Jun M 50DO Cad/Sen-Jun F 200MX Cad/Sen-Jun M 200MX Cad/Sen-Jun F 4x200SL Cad/Sen-Jun M</p>
<p style="text-align: center;"><u>domenica 19/7 mattina</u> 8.15-8.45 Risc. femmine 8.45-9.15 Risc. maschi Inizio gare ore 9.30</p>		
<p style="text-align: center;">1500SL Cadetti/Seniores-Juniores F 1500SL Cadetti/Seniores-Juniores M 4x100MX Cad/Sen-Jun F 4x100MX Cad/Sen-Jun M</p>		

Il regolamento di questa manifestazione verrà definito e comunicato successivamente.

CAMPIONATO REGIONALE DI CATEGORIA IN VASCA LUNGA

(riservato alle categorie federali **Ragazzi**)

20/21/22 luglio 2020
LIVORNO (piscina Camalich)

<u>lunedì 20/7 mattina</u> 8.15-8.45 Risc. femmine 8.45-9.15 Risc. maschi Inizio gare ore 9.30	<u>martedì 21/7 mattina</u> 8.15-8.45 Risc. femmine 8.45-9.15 Risc. maschi Inizio gare ore 9.30	<u>mercoledì 22/7 mattina</u> 8.15-8.45 Risc. femmine 8.45-9.15 Risc. maschi Inizio gare ore 9.30
200DO Rag F 200DO Rag M 100FA Rag F 100FA Rag M 100RA Rag F 100RA Rag M 200SL Rag F 200SL Rag M 400MX Rag F 400MX Rag M	400SL Rag M 200RA Rag F 200RA Rag M 200FA Rag F 200FA Rag M 100SL Rag F 50SL Rag M 800SL Rag F	100DO Rag F 100DO Rag M 400SL Rag F 100SL Rag M 50SL Rag F 200MX Rag M 200MX Rag F 1500SL Rag M
<u>Lunedì 20/7 pomeriggio</u> 14.30-15.00 Risc. femmine 15.00-15.30 Risc. maschi Inizio gare ore 15.45	<u>martedì 21/7 pomeriggio</u> 14.30-15.00 Risc. femmine 15.00-15.30 Risc. maschi Inizio gare ore 15.45	<u>mercoledì 22/7 pomeriggio</u> 14.30-15.00 Risc. femmine 15.00-15.30 Risc. maschi Inizio gare ore 15.45
200DO Rag F 200DO Rag M 100FA Rag F 100FA Rag M 100RA Rag F 100RA Rag M 200SL Rag F 200SL Rag M 400MX Rag F 400MX Rag M 1500SL Rag F 800SL Rag M 4x100SL Rag F 4x100SL Rag M	800SL Rag F 400SL Rag M 200RA Rag F 200RA Rag M 200FA Rag F 200FA Rag M 100SL Rag F 50SL Rag M 4x200SL Rag F 4x200SL Rag M	100DO Rag F 100DO Rag M 400SL Rag F 100SL Rag M 50SL Rag F 200MX Rag M 200MX Rag F 1500SL Rag M 4x100MX Rag F 4x100MX Rag M

Il regolamento di questa manifestazione verrà definito e comunicato successivamente.