

PROVE A TEMPO ASSOLUTI, Ragazzi e Es.A SCIORBA, 24 Gennaio 2016 Vasca 50 metri

Cronometraggio manuale

ORARIO: Pomeriggio, riscaldamento ore 14.00 – inizio gare ore 15.00.

ORDINE DELLE GARE

| | | | |
|---|---|-------|-----------------------|
| - | Nuoto con ostacoli | m 50 | (solo categoria Es.A) |
| - | Nuoto con ostacoli | m 100 | (solo categoria RG) |
| - | Nuoto con ostacoli | m 200 | |
| - | Superlifesaver | m 200 | |
| - | Trasporto manichino | m 50 | |
| - | Trasporto manichino con pinne | m 50 | (solo cat. Es. A) |
| - | Trasporto manichino con pinne | m 100 | |
| - | Percorso Misto | m 100 | |
| - | Trasporto manichino con pinne e torpedo | m 100 | |