



**SUPERBA
NUOTO**
SWIM CONTEST
2022-2023



#2 • ROAD TO ...

Lavagna - domenica 5 marzo 2023 - v25 metri

SUPERBANUOTO ORGANIZZA LA SECONDA EDIZIONE DI "SUPERBANUOTO SWIM CONTEST" MANIFESTAZIONE INTERREGIONALE AD INVITI IN PROGRAMMA PRESSO LA PISCINA DI LAVAGNA IN PARCO TIGULLIO SITO IN PIAZZA LUGANO. LA PARTECIPAZIONE È RISERVATA AGLI ATLETI DELLE CATEGORIE: **ESORDIENTI A SECONDO ANNO**, RAGAZZI, JUNIORES, CADETTI E SENIORES TESSERATI PER LA CORRENTE STAGIONE AGONISTICA 2022-2023.



SEZIONE DI LAVAGNA

REGOLAMENTO

- OGNI ATLETA DI CATEGORIA PUÒ ESSERE ISCRITTO A MASSIMO 4 GARE CON UN MASSIMO DI 2 PROVE SUI 200 METRI
- GLI ESORDIENTI A 2 ANNO POTRANNO PARTECIPARE ESCLUSIVAMENTE AL "GALÀ DELLO SPRINT" ED ESSERE ISCRITTI A MASSIMO 2 GARE SUI 50 METRI, PER L'ACCESSO ALLA FINALE GAREGGIANO CON LA CATEGORIA RAGAZZI.
- IN TUTTE LE GARE A SERIE GLI ATLETI GAREGGIANO COME CATEGORIA UNICA, NELLE FINALI DEL GALÀ DELLO SPRINT E NELLA PROVA ALL'AUSTRIANA COME CATEGORIA ASSOLUTI (CAD+SEN+JUN) E COME (RAG + A2).
- SARANNO PREMIATI I PRIMI 3 ATLETI ASSOLUTI, I PRIMI 3 RAGAZZI, IL MIGLIORE ESORDIENTE ED I 2 VINCITORI DELL'AUSTRIANA.
- GLI ORGANIZZATORI SI RISERVANO LA FACOLTÀ DI METTERE UN NUMERO MASSIMO DI SERIE PER LE PROVE DEI 200 METRI.
- ISCRIZIONI SUL PORTALE FIN.

[AM] "GALÀ DELLO SPRINT"

RISCALDAMENTO : 09.30 - 10.00 • INIZIO GARE : 10.15

QUALIFICHE

- 50 STILE LIBERO • F/M
- 50 FARFALLA • F/M
- 50 DORSO • F/M
- 50 RANA • F/M

FINALI

- 50 STILE LIBERO • F/M -ASS
- 50 STILE LIBERO • F/M -RAG
- 50 FARFALLA • F/M - ASS
- 50 FARFALLA • F/M - RAG
- 50 DORSO • F/M - ASS
- 50 DORSO • F/M - RAG
- 50 RANA • F/M - ASS
- 50 RANA • F/M -RAG

[PM] "LE OTTOVASCHE"

RISCALDAMENTO : 14.30 - 15.00 • INIZIO GARE : 15.15

GARE A SERIE

- 200 STILE LIBERO • F/M
- 200 FARFALLA • F/M
- 200 DORSO • F/M
- 200 RANA • F/M
- 200 MISTI •F/M

... a seguire nel pomeriggio

AUSTRALIANA [50-100]

ACCEDONO ALL'AUSTRIANA GLI ATLETI CON LE PRIME 8 MIGLIORI PRESTAZIONI TECNICHE DEI 200 METRI ASSOLUTE E RAGAZZI. IN CIASCUNO DEI QUATTRO TURNI SARÀ ESTRATTO UNO STILE ED UNA DISTANZA DA 50 O DA 100 METRI, IN OGNI TURNO DI GARA SARANNO ELIMINATI GLI ULTIMI 2 ATLETI CLASSIFICATI. IL TEMPO DI RECUPERO FRA UNA PROVA E L'ALTRA SARÀ DEFINITO DALLO SVOGLIMENTO DELLE TRE BATTERIE DELLA GARA SORTEGGIATA. L'ORGANIZZAZIONE ALLA CHIUSURA DELLE ISCRIZIONI SI RISERVA LA FACOLTA DI VALUTARE - SULLA BASE DEL TIMING - LO SVOLGIMENTO DELLA GARA AUSTRALIANA.

FORMAT: OTTAVI (8 ATLETI) ASS/RAG • QUARTI (6 ATLETI) ASS/RAG • SEMIFINALE (4 ATLETI) ASS/RAG • FINALE (2 ATLETI) ASS/RAG



MENÙ ATLETA AL BAR DELLA PISCINA

È PREVISTO PRESSO IL BAR DELLA PISCINA, IL PRANZO CON MENÙ ATLETA A PREZZO CONVENZIONATO, SEGUIRANNO INFORMAZIONI E LE MODALITÀ DI PRENOTAZIONE.



MAIN PARTNER



SPECIALITÀ CHIMICHE E SISTEMI DI DOSAGGIO PER PISCINE

PARTNERS

