16° Trofeo Nazionale di Nuoto GS Aragno

Genova Prà Aquacenter I Delfini, 20-21-22 gennaio 2023

Tabella Oraria

20 gennaio pomeriggio

	ORE	13.30 14.45	Riscaldamento	
1	ORE	15.00	50 FA	F
2	ORE	15.20	50 FA	M
3	ORE	15.35	50 DO	F
4	ORE	15.45	50 DO	M
5	ORE	15.55	50 RA	F
6	ORE	16.10	50 RA	M
7	ORE	16.20	50 SL	F
8	ORE	16.50	50 SL	M
9	ORE	17.25	800 SL	F
10	ORE	17.45	1500 SL	M
11	ORE	18.20	50 FA finale	
12	ORE	18.30	50 DO finale	
13	ORE	18.40	50 RA finale	
14	ORE	18.50	50 SL finale	
	ORE	19.10	**termine turno**	

21 gennaio mattino

	ORE	7.30	8.00	Riscald. Femm.
	ORE	8.00	8.30	Riscald. Masch.
1	ORE	8.45	400 SL	F
2	ORE	8.55	400 SL	M
3	ORE	9.05	200 RA	F
4	ORE	9.45	200 RA	M
5	ORE	10.30	100 FA	F
6	ORE	11.10	100 FA	M
7	ORE	12.00	200 DO	F
8	ORE	12.50	200 DO	M
	ORE	13.25	**termine turno**	

21 gennaio pomeriggio

	ORE	14.00	14.30	Riscald. Femm.
	ORE	14.30	15.00	Riscald. Masch.
1	ORE	15.15	100 SL	F
2	ORE	16.20	100 SL	M
3	ORE	17.25	200 FA	F
4	ORE	17.55	200 FA	M
5	ORE	18.25	100 DO	F
6	ORE	19.05	100 DO	M
7	ORE	19.40	400 MX	F
8	ORE	19.50	400 MX	M
	ORE	20.00	**termine turno**	

22 gennaio mattino

	ORE	7.30	8.00	Riscald. Femm.
	ORE	8.00	8.30	Riscald. Masch.
1	ORE	8.45	200 SL	F
2	ORE	10.15	200 SL	M
3	ORE	11.45	100 RA	F
4	ORE	12.15	100 RA	M
5	ORE	12.45	200 MX	F
6	ORE	13.40	200 MX	M
	ORE	14.30	**termine turno**	

22 gennaio pomeriggio

	ORE	14.30 15.15	Riscaldamento	
1	ORE	15.30	100 FA finale	
2	ORE	16.00	100 DO finale	
3	ORE	16.30	100 RA finale	
4	ORE	17.00	100 SL finale	
	ORE	17.55	**Premiazione Società**	
	ORE	18.05	**termine manifestazione**	

L'**orario** è da intendersi **puramente indicativo** e **non esime** gli atleti dal presentarsi tempestivamente in camera di appello anche in caso di anticipo dei tempi della manifestazione