



## 19° Trofeo Nazionale di Nuoto GS Aragno

Genova Prà Aquacenter I Delfini, 23-24-25 gennaio 2026

### Tabella Oraria

23 gennaio pomeriggio				24 gennaio mattino				24 gennaio pomeriggio				25 gennaio mattino				
	ORE 13:30 14:45	Riscaldamento			ORE 07:30 08:00	Riscald. Femm.			ORE 14:00 14:30	Riscald. Femm.			ORE 07:30 08:00	Riscald. Femm.		
1	ORE 15:00	50 FA	F	1	ORE 08:45	400 SL	F	1	ORE 15:15	100 SL	F	1	ORE 08:45	200 SL	F	
2	ORE 15:20	50 FA	M	2	ORE 09:00	400 SL	M	2	ORE 16:10	100 SL	M	2	ORE 09:45	200 SL	M	
3	ORE 15:40	50 DO	F	3	ORE 09:10	200 RA	F	3	ORE 17:00	200 FA	F	3	ORE 10:45	100 RA	F	
4	ORE 15:55	50 DO	M	4	ORE 09:40	200 RA	M	4	ORE 17:15	200 FA	M	4	ORE 11:05	100 RA	M	
5	ORE 16:05	50 RA	F	5	ORE 10:10	100 FA	F	5	ORE 17:35	100 DO	F	5	ORE 11:30	200 MX	F	
6	ORE 16:15	50 RA	M	6	ORE 10:40	100 FA	M	6	ORE 18:10	100 DO	M	6	ORE 12:15	200 MX	M	
7	ORE 16:25	50 SL	F	7	ORE 11:10	200 DO	F	7	ORE 18:35	400 MX	F		ORE 12:50	termine parte		
8	ORE 16:55	50 SL	M	8	ORE 11:40	200 DO	M	8	ORE 18:50	400 MX	M					
9	ORE 17:15	800 SL	F		ORE 12:10	termine parte			ORE 19:05	termine parte						
10	ORE 17:35	1500 SL	M													
11	ORE 18:10	50 FA finale														
12	ORE 18:30	50 DO finale														
13	ORE 18:50	50 RA finale														
14	ORE 19:10	50 SL finale														
	ORE 19:30	termine parte														

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