

**FINALI REGIONALI PRIMAVERILI**  
**PROVE A TEMPO Es. B/A**  
**Piscina La Sciorba, 26/03/2017**  
**Vasca 50 metri**  
**Cronometraggio automatico**

**ORARIO**

Mattino: Riscaldamento ore 7.30 - inizio gare ore 8.30  
Pomeriggio: Riscaldamento ore 13.00 - inizio gare ore 14.00

**ORDINE DELLE GARE**

Mattina

- |   |                              |
|---|------------------------------|
| • Nuoto con ostacoli                      | 50 m Es. B/A                 |
| • Nuoto con ostacoli                      | 200 m Ass.                   |
| • Staff. ostacoli 4x50                    | Ass.                         |
| • Trasporto manichino                     | 50 m (Es. B manichino vuoto) |
| • Trasporto manichino con pinne e torpedo | 100 m Es.A/Ass.              |
| • Percorso Misto                          | 100 m Ass.                   |
| • Staff. 4x50 manichino                   | Ass.                         |

Pomeriggio

- |                                 |                             |
|---------------------------------|-----------------------------|
| • Trasporto manichino con pinne | 50 m Es.A                   |
| • Trasporto manichino con pinne | 100 m Ass.                  |
| • Staff. 4x50 mista             | Ass.                        |
| • Trasporto manichino           | 50 m Es.A/Ass.              |
| • Superlifesaver                | 200 m Ass.                  |
| • Staff. 4x50 mista mista       | Ass. (2 maschi e 2 femmine) |
| • Line throw                    | Ass.                        |