

PROVA REGIONALE ASSOLUTI
Piscina La Sciorba, 03/04/2022
Vasca 50 metri (vasca interna)
Cronometraggio automatico

ORARIO

Mattino: Riscaldamento ore 14.00
Inizio gare ore 15.00

ORDINE DELLE GARE

- Nuoto con ostacoli m 200 Assoluti

Pausa tecnica

- Trasporto Manichino m 50 Assoluti
- Trasporto Manichino con pinne m 100 Assoluti
- Trasporto Manichino con pinne e torpedo m 100 Assoluti
- Percorso misto m 100 Assoluti

Pausa tecnica

- Superlifesaver m 200 Assoluti